

సత్యశోధన - శక్తిపాఠన

వ్యక్తిత్వవికాసానికి పునాది

యడ్లపల్లి మోహన్ రావు

ప్రోత్సాహము

ఈ సత్కారోదన - శక్తి సాధన అనే వ్యక్తిత్వ వికాసానికి మూలమైన ఈ పుస్తకాన్ని వ్రాయడానికి మొదటిగా శ్రీ వి.వి. లక్ష్మినారాయణ గారు, IPS (former JD - CBI) ప్రోత్సాహం ఇవ్వగా, విద్యావేత్త శ్రీ గద్దెం మణిక్యాల రావు గారు (Sec. WISE, తాడేపల్లిగూడెం) ప్రేరణ ఇచ్చారు. చింతి అమూల్యమైన సలహాలినిచ్చి, ఈ జ్ఞానాన్ని పుస్తక రూపంలో ఉంచటానికి కారకులైన వీరిరువురికీ మా హృదయపూర్వక కృతజ్ఞతలు.



V. V. Lakshmi Narayana, IPS
(former JD - CBI)



Gattim Manikyala Rao
WISE Secretary & Correspondent
Chairman - Kindness Foundation

అంకితం

రోజు రోజుకూ ఆనందాన్ని పెంచుకుంటూ, తమను తాము ఉద్ధరించుకోవాలనే శ్రద్ధతో ఈ పుస్తకాన్ని అధ్యయనం చేయబోతున్న మీకు ఈ పుస్తకం అంకితం.

శ్లో: శ్మశానపరమే 6-25, ఉద్ధారదాపువాక్యాం 6-5

శ్రీధర్వాక్యభట్టా శ్లాం 4-39, అచేయస్యతే య య శ్మం దర్శ్యం 18-70

గమనిక : అధ్యయనం చేసే తరువాత మీకు తెలిసిన వారిలో కనీసం నలుగురికి ఈ అవగాహన కలిగించండి.

బుద్ధిక్తిస్వరూపుల మామేదైవ్యులనెందుకంటే 18-68, భవిషా చ స మే తస్మాదవ్యక్త నియంత్రో దుచి 18-69



నేను - నాది

ఏది ముఖ్యం?

త్వప్తితో, దైర్యంతో, స్వేచ్ఛగా,
శక్తితో జీవించటమా?

సమ్మతాలు, అభిప్రాయాలు, బంధాలతో,
బలహీనంగా బ్రతకడమా?

A Life of

Creative Contribution

vs

Struggle for Survival

Struggle for survival అంటే : Marks కోసం, డిగ్రీ, ఉద్యోగం, డబ్బు, వదలి, పేరు, పరువుకోసం, Good, Right అని పించుకోవటం కోసం, Bad, wrong అనిపించుకోకుండా ఉండటంకోసం, Justify చేసుకోవటం, నాకు ఉపయోగపడుతుందో లేదో, నాకు ఇలా ఎందుకైంది, నేనేమైపోతానో అని ఆలోచించడం అంతా direct గా or indirect గా survival గురించే. Beliefs, Meanings, Stories, Opinion లనే సత్కాలని భావించి వాటిలో ఇరుక్కుపోయి ప్రవర్తించటం. ఇవన్నీ భయాన్ని బాధని, వెలితిని, బంధాన్ని కలిగించేవే.

Creative Contribution అంటే : ఎదుర్కొని సమస్యను అర్థంచేసుకునే విధంగా వినటం. (విశేషంగా గ్రహించడం). మాటలను గాని, చేష్టలను గాని ప్రేమతో, ఆత్మీయతతో, అంకిత భావంతో, బాధ్యతతో ఉదారంగా శ్రీకరణ శుద్ధిరణ ఎదుర్కొని వారిలో బాధను, భయాలను తగ్గించి ఉత్సాహం, శక్తి, self confidence పెంచే విధంగా ఉపయోగించటం.

రచన

: యజ్ఞనల్లి మోహన్ రావు

Cell: 92465 42602

ప్రథమ ముద్రణ

: నవంబరు-2015

కాపీలు

: 5000

వెల

: ₹ 100

క్రియేటివ్ నర్స్

: రవిశాస్త్రి మార్కెట్, 90300 20559

డి.టి.సి

: శ్రీమతి బి. కవక తార, 92462 16860

కో-అర్డినేటర్

: శ్రీమతి సునీత రెడ్డి, 83744 45234.

ప్రచురణ

స్వచ్ఛభారత SPEL-G CT

Plot No.A-7/1, Electronic Complex, Kushaiguda,
Hyderabad-500 062, T.S., India.

Email : sbpspelg1@gmail.com, sbpspelg@yahoo.in

Website : www.swaarthabharathi.org

: All Rights are reserved

ముద్రణ

: వేద అడ్వర్ట్ ప్రైవేట్ (రామచంద్రాపురం), Hyderabad - 38., Ph: 77300 12579

ఈ పుస్తకాన్ని ఒక తల్లిగా, చదువుకున్నా - చదువుకోకపోయినా,

సరిగ్గా తెలిసినా - తెలియకపోయినా, మీ మేలుకోసం

మిమ్మల్ని మెల్కొల్పే మీ తల్లిగా, భావించాలని కోరుతున్నాము.

→ ఒక్కపాఠ చదవగానే ఈ పుస్తకంలోని లోతైన భావాలు పూర్తిగా అవగాహన కాకపోవచ్చు. కానీ మరల మరల చదివితే బాగా ఆర్థం అయి ఎక్కువ లాభం పొందగలరు.

→ ఈ పుస్తకంలోని భాషకు అతీతంగా భావాన్ని గుర్తించమని మా మనవి.

→ కవీసం 5ని ధ్యానం చేసిన తరువాత వెమ్మదిగా చదువుతూ, మీ ఆనుభవంలో పోల్చుకుంటూ మిమ్మల్ని మీరు తెలుసుకునే ప్రయత్నం చేయండి.

విషయ సూచిక

ఎ. నా మాట

v

బి. ప్రముఖుల అభిప్రాయాలు

viii

01. సంపూర్ణ శక్తితో జీవించడం అంటే?

01

02. భయానికి మూలం Origin of Fear (OF)

03

03. కోరికలకు మూలం Origin of Desire (OD)

06

04. ఆత్మస్వ్యాసతకు మూలం Origin of Inferiority (OI)

08

05. అహంకారానికి మూలం Origin of Ego (OE)

10

06. సత్త్వ, రజస్, తమో గుణాలకి మూలం

11

07. మనస్సు-చిత్తం-వాసనలు

13

08. SOURCE

14

09. Creating Impressions (Identities) About Your Own Self

15

10. అవకాశం

16

➤ కర్మ - క్రియ భేదం? : సాధన కర్మ - గుణ కర్మ

11. కష్టంగా భారంగా పని - ఆటలాగా స్వేచ్ఛ తో పని Ok! What Next

18

12. ధర్మం-అధర్మం-స్వధర్మం-పరధర్మం

21

13. నేర్చుకోవటం- జ్ఞాపకశక్తి- స్మణనాత్మకత

24

14. Natural Hero

27

15. హింసకు మూలం

28

16. ప్రేమ(సఖ్యత)కు మూలం (LPLP)

29

17. విగ్రహారాధన

35

18. అక్షరాభ్యాసం-నేను=సత్వం=అక్షరం=అమృతం

36

19. జ్ఞానానికి మూలం

37

➤ జ్యోతి ప్రజ్వలన ఎందుకు?

➤ భారతీయత-వివేకానంద-ధీర:- చిదానందుడు అంటే అర్థం ఏమిటి?

20. ఎవరైనా ఆత్మను హత్యచేయగలరా !

40

21. DESIRE-EXPECTATION

41

22. VISION

42

23. PRESENT= PAST? FUTURE?

24. కథలో ఇరుక్కుని యదార్థానికి దూరమగుట..

25. ఊహాజనిత యమపాతము: తప్పించుకునే పరుగుతీత

26. అనందం

27. Leader - Follower

28. STAGE FEAR

29. REASONS - PERFORMANCE

30. ENCOURAGEMENT - DISCOURAGEMENT

31. మనస్సు, బుద్ధి, చిత్తం, అహంకారం

32. భారతీయులు - AIDS Patients

33. దేనికీ బాధపడాలి? దేనికీ భయపడాలి?

34. MEMORY TECHNIQUE

35. సాధన

36. ప్రాణాయామం VS ధ్యానము

37. ఆసనాలు VS వ్యాయామం

38. ప్రాణాయామము

39. ధ్యానం

40. మోనం

41. ఆహారం

42. స్వార్థభారతి SPEL-G CT

43. Introduction & Photo Gallery

- YouTube**
- Swartha Bharathi Trust Founder Yadlapalli Mohan Rao
 - Spiritual reality Power of meditation in Telugu
 - Who am I
 - The Secret
 - Upendra - 2 Movie

అభ్యంతం సూక్ష్మమైన ఈ జ్ఞానాన్ని ఏ కొంచెం ఆచరణలో పెట్టినా నీ బాధలు, భయాలు, ఆకాంక్షలు బాగా తగ్గుతాయి. ఎక్కువ ఆచరణలో పెడితే వర్ధిల్లవలసిన ప్రయోజనం కల్గుతుంది.

స్వల్పసంఖ్య భక్త్యా లాభుతే మహా భయాత్ 2-40

44

45

47

48

49

50

51

51

52

54

55

56

59

60

60

61

62

63

63

64

65

నా మాట

ఈ పుస్తకం లో చెప్పబడిన ప్రతి విషయాన్ని మీ తెలివితో అనుభవంతో విశ్లేషించి శ్రద్ధతో మీ జీవితాన్ని శ్రేష్ఠీకరణం చేసుకునే విధంగా గుర్తించండి. సన్నిహితులతో కూడా వర్ణించండి.

పీఠి, విజ్ఞాపి, మంచి, చెడు, వ్యాయం, అవ్యాయం (Ethics & Morals) గురించి ఈ పుస్తకంలో ప్రస్తావించలేదు. ఎందుకంటే ఏ ఒక్కరు కూడా యదార్థంగా అవినీతిగా, చెడుగా ఉండాలని అనుకోరు కదా! ఇలా చేయకపోతే బ్రహ్మచర్యమే భయమే (బలహీనత) వారిని బద్ధములైన మార్గంలోకి నెడుతుంది.

భయాలను, బాధలను సక్రమపెట్టగలిగే జ్ఞానం కలిగినప్పుడు మామూలు మనిషి మహావిజ్ఞుడిగా నిడుగుతాడు. జ్ఞానం బాగా తక్కువైన వారువారనవచ్చు కానీ, పాపాత్ములు, దుర్మార్గులు ఉన్నారనటం సరికాదు. వాళ్ళలోని అజ్ఞానాన్ని, అజ్ఞానంతో వాళ్ళకు వచ్చు కల్పించుకున్న బాధల్ని తొలగించే ప్రయత్నం చేయాలి కాని వారిని కాదు.

కొందరు ఏది ఏంటున్నా లేక చదువుతున్నా అధ్యాత్మ సరిగ్గా గ్రహించరు కొందరు వ్యతిరేక భావాన్ని గ్రహిస్తారు, కొందరు సాధారణ అధ్యాత్మ గ్రహిస్తారు. ఈ పుస్తకంలోని విషయాలను మిమ్మల్ని మీరు ఉద్ధరించుకునే విధముగా అత్యుత్తమంగా (విశేషంగా) గ్రహించాలని కోరుకుంటున్నాము. విశేషమైన గ్రాహ్యమే కదా! "విగ్రహము" అంటే. Ref. Page No. 24

భగవద్గీతను కృష్ణుడు చెప్పాడని అందరూ అనుకుంటున్నారు. ఇది సాధారణ గ్రాహ్యమే. కృష్ణుడిలోని అనంత చైతన్యం (భగవంతుడు) చెప్పింది అని గ్రహించడమే విశేషమైన గ్రాహ్యం. అందుకే భగవద్గీతలో భగవాన్ ఉవాచ అని వుంది కాని, కృష్ణ ఉవాచ అని, హిందుమతం అని ఎక్కడా లేదు.

కులాలకు, మతాలకు, వర్ణాలకు, ప్రాంతాలకు, నమ్మకాలకు, అభిప్రాయాలకు అతీతంగా సత్కాన్ని సత్సంగంతో ప్రతివారు పొందగలిగిన నిజమైన అత్యున్నతశక్తిని అందరికీ అందించాలన్నదే ఈ పుస్తకంయొక్క ప్రధాన ఉద్దేశ్యం.

గీతలో భగవంతుడు తన గురించి ఇలా చెప్పాను!

నాకు పట్టుక, మార్పులేదు. నేను (పంచేంద్రియాలకు) వ్యక్తంకాను. అందరిలో నుండి, ఆధారంగా, బుద్ధికి ప్రశక్త్య అనుభవంలో "నేను నేను" అనే పరిమితి లేని నిరాకార చైతన్యంగా తెలియబడుతున్నాను. "నేను" అఖండమై, అవిభక్తమై, సృష్టిమూలం అవ్యక్తంగా వ్యాపించినప్పుడీ పరిమితమైన జ్ఞానమున్న బుద్ధికి అక్కడొక "నేను" ఇక్కడొక "నేను" గా అంటే అందరిలో వేరువేరుగా తెలియబడుతున్నాను.

ఓం తత్ సత్

భగవద్గీతలోని ప్రతి అధ్యాయం ఏవరో ఓం తత్ సత్ అని, బ్రహ్మవిద్య అని, యోగశాస్త్రం అని ఉన్నది కాని యుద్ధశాస్త్రం అని ఎక్కడా లేదు కదా! ఎన్నెన్ని పొందినా తృప్తిపడక, ప్రతిఒక్కరూ అవిశ్రాంతంగా దేనికోసమైతే ఆరాటపడుతున్నారో అది అంటే తత్, సత్ అంటే అది శాశ్వతమైనదే.

“నేను నేను” అనే అంత:స్ఫురణ “నీతి” అని తెలియజేసే (అహంబ్రహ్మస్మి) బ్రహ్మవిద్యను, “నేను, నేను”గా (ఎప్పుడు తృప్తి) ఎలా వుండాలని తెలియజేసే యోగశాస్త్రాన్ని భగవద్గీత అందిస్తుంది. అంటే దీనిపై “తత్ నీతి త్వం అసి” అని గ్రహించడం కోసమే అనగా “ఆ శాశ్వతమైనది ఏదీ అయి ఉన్నావు”

Ref. Page No.3, 4, 5 (09)

“ఓం అపి ఉచ్చారణ” మౌనాన్ని, మౌనం జ్ఞానాన్ని పొందే అవకాశాన్ని కలిగిస్తుంది.

స్వస్తి = స్వస్థత = స్వస్థితి :

శరీరంలో ఏ అవయవము కూడా నేను ఉన్నాను అని తెలియచేయకుండా ఉన్న స్థితి “శరీరం” యొక్క స్వస్థత. అంటే పూర్తిగా ఆరోగ్యం. మనస్సులో ఆనందం తప్ప, ఏ ఇతర అలజడి, అశాంతి లేని స్థితి “నేను” యొక్క స్వస్థత = స్వస్థితి = కేవలం ఆనందమే, ప్రశాంతతే ఉన్న స్థితి.

విజ్ఞాన 5 శతాబ్దము



एन सी ई आर टी
NCERT

విద్యయా అమృతం అమృతే

విద్య వలన మరణంలేని స్థితిని అమృతమిస్తారు

Slogan of National Council of

Educational Research and Training (NCERT)

స్వస్థితో మరణమనేది లేదు. నాదినాది అనుకునేవన్నీ మూతున్నవి కాని “నేను” అనేదానికి మాత్రం, మరణం చెందడా లేవు. దీనిని తెలుసుకుని ఆచరణలో పెట్టుకునే నిజమైన విద్య.

ఏన్ని తెలుసుకున్నా, ఆచరణలో పెట్టని జ్ఞానం అజ్ఞానంతో సమానమే కదా?

నందేహం ఉన్నప్పుడేదైనా సరిగ్గా ఆచరణలో పెట్టగలమా ?

సంశయాత్మక వివక్షణ గీత:4-40

ఒక వైరులో కరెంట్ లేదని 99% తెలిసినా, కరెంట్ వుంటుందేమో అనే 1% సందేహం ఉన్నా దాన్నిపట్టుకోలేంకదా! దానికి అర్థంగా ఉన్నది బ్రాడ్, పామేమోసనే అనుమానం కలిగినప్పుడు ముందుకు వెళ్ళగలమా? (వెళ్ళలేము కదా!) కాబట్టి మనం ఏమి తెలుసుకున్నా స్వస్థంగా తెలుసుకున్నప్పుడే ఆ జ్ఞానాన్ని జీవితంలో ఆచరించగలము. ఆచరణలో పెట్టినప్పుడే నిజమైన లాభాన్ని, ఫలితాన్ని పొందుతాం కదా! మీరు మీరుగా ఆలోచించినప్పుడే సందేహం లేకుండా తెలుసుకోగలుగుతామ కదా! అప్పుడే జ్ఞానం ఉంటుంది కదా!

విమృశ్యైత దతేషణ గీత:18-63

మీరు జీవితంలో ఏ పని చేస్తున్నా, ఏ ఆలోచన చేస్తున్నా, ఈ పని ఎందుకు చేస్తున్నాను? ఈ ఆలోచన ఎందుకు వచ్చింది? అని ప్రశ్నించుకుంటూ, పరిశీలించుకుంటూ ఎఱుకను (ప్రజ్ఞను) (Awareness) పెంచుకోవాల్సి మా కోరిక.

Why am I thinking? What am I thinking?

Why am I doing? What am I doing?

అనుద్వేగకరం వాక్యం గీత:17-15

ఏది అత్యంత విలువైనదో అదే అత్యంత సులభంగా లభ్యమౌతుంది!!!

Is there anything more important than your TRUE SELF?

(i.e being free from all external things including body)

ఆచరణం లేకపోతే మనవి సుమారు రెండు నెలలు బ్రతికొచ్చు. నీరు లేకపోతే రెండు వారాలకన్నా ఉండలేదుకదా! మరి గాలిలేకపోతే నాలుగు నిమిషములు కూడా బ్రతకలేదు కదా! అందరూ బ్రతకాలనే అనుకుంటారు. ఎందుకు బ్రతకటం? ఒక వ్యక్తి శారీరకంగా భరించలేని నొప్పులతోనే, మానసికంగా భరించలేని అందోళనతోనే (depression) ఉన్నప్పుడు చనిపోతే బాగుండును అని అనుకుంటూ కదా! ప్రాణాలు కూడా ఆనందం (ప్రశాంతత) కోసమే కదా! అంటే అన్నింటికన్నా అతిముఖ్యం ఆనందం (ప్రశాంతత, తృప్తి). మరి ఆనందం కోసం ఏమైనా చేయాల్సింది ఉందా? అజ్ఞానంతో ఆనందం కోసం ఏమి చేసినా (ఏమి ఆలోచించినా) ఉన్న ఆనందానికి దూరమౌతాం. ఎదుటివారికి కూడా హాని చేస్తాం.

A Wise person Needs: No where to go, Nothing to get!

తస్య కార్యం న విద్యతే గీత:3-17

మనస్సు చాలా శక్తివంతమైనది దానికి వివేకంతో కూడిన పని చెప్పకపోతే అది నీకే బ్రహ్మరాక్షసి లాంటి శత్రువుగా మారుతుంది. అయినా మనస్సుకి ఎప్పుడూ పని చెప్పలేము. కాబట్టి బ్రహ్మరాక్షసిని (మనస్సును) వేరే పని చెప్పే వరకు వ్రంభం పైకి ఎక్కి క్రిందకి దిగుతూ ఉండునట్లు నియమిస్తే అంటే మనస్సు ద్వాసము త్యాగమే ఉంటే మనస్సే (రాక్షసే) విశ్రాంతి ఉంటుంది.

నూతన కల్పిత క్షణమవి శాశ్వత తత్వమే - గీత:3-5

All Meanings are Meaningless

అర్థం, అవర్థం భావయ విత్యం. “నేను” (అనందమై, పూర్ణమై, అనంతమై) పున్నాను అనేది సత్యం. వారు ఉంటే, మీరు పోతే, అది పోతే, ఇది వుంటేనే తృప్తి (ఆనందం), ఇలా జరిగితే, అలా జరగకుండా ఉంటేనే క్షేమం అని కల్పించుకున్న అర్థాలన్నీ కూడా అర్థంలేనివే (అసర్వాలే) అని గ్రహించి తృప్తితో, స్వేచ్ఛతో, నేమగా, బంధం లేకుండా ఏ పనిచేస్తున్నా జీవితమంతా “అటగా మూతుంది”.

గమనిక

నా ప్రమేయం (సహకారం) లేకుండా, వేరే వారు (వ్యక్తి కానీ, సంఘటన కానీ) “నాకు బాధమ, నాలో భయం కలిగించారు” అని కానీ, “అవమానించారు” అని కానీ విరూపించిన వారికి మరెయి ఎవరితో పోల్చుకోనైనా వద్దే “నేను తక్కువ” అని విరూపించిన వారికి రూగా! 10 లక్షల బహుమతి యివ్వబడును - రచయిత

Elders' Saying: “No one can hurt you without your permission” “Suffering is your own choice”



PRESS SECRETARY TO GOVERNOR
ANDHRA PRADESH & TELANGANA

RAJ BHAVAN
HYDERABAD - 500 041



అభినందనలు

శ్రీ యడ్లపల్లి మోహన్ రావు గారు "సత్య శోధన - శక్తి సాధన" కీర్తికతో రాసిన గ్రంథం ఈ తరం యువతకు ఎంతగానో ఉపయోగపడుతుందని రాష్ట్ర గవర్నరు శ్రీ ఇ.ఎస్.ఎల్. నరసింహన్ అభినందనలు తెలిపారు.

వ్యక్తిత్వ వికాసానికి దోహదపడే ఈ గ్రంథం యువత తప్పక చదవాలని ఆయన అన్నారు.

చక్కని గ్రంథం రాసిన శ్రీ యడ్లపల్లి మోహన్ రావు గారిని గవర్నరు మనసారా అభినందించారు.

వ్యక్తిత్వ వికాసం
ప్రెస్ సెక్రటరీ



వ్యక్తి వికాసానికి పునాది ఈ గ్రంథం

జస్టిస్ జి. చంద్రయ్య,
హైకోర్టు న్యాయమూర్తి

ఈ పుస్తకంలో ఉన్న 40 అంశాలు, ఏ అంశానికి అలంకారం, సంపూర్ణమైన భావాన్నిస్తున్నాయి. శ్రీమోహన్ రావు గారు తనవతో వ్రాసిన ఈ సత్యశోధన-శక్తిసాధన పుస్తకంలోని జ్ఞానం అందరికీ అందుతుందని ఆశిస్తున్నాను. మానవ జన్మే ఒక దివ్య ప్రశస్తి మానవ సమాజ అభివృద్ధి అంటా కూడా మానవ విజ్ఞాన సముదాయమే. సమాజమే ఒక శక్తి.

సత్యానికి దూరమై తప్పుడుడుగులు వేస్తున్న సమాజాన్ని సత్యశోధనతో శక్తివంతంగా చేయాలనే ప్రయత్నంలో కృతశ్రమ్యులైన యడ్లపల్లి మోహన్ రావు గారు అభినందనీయులు. ఈ పుస్తకం అనుభవజ్ఞులైనటువంటి ఆధ్యాత్మిక చింతనాసరులను కూడా ఆలోచింపజేస్తుంది. అక్షర జ్ఞానలేని అమామయక జనానికి కూడా ఈ జ్ఞానం అవసరం.

విద్యార్థులందరూ తప్పక చదవాల్సిన గ్రంథమిది. ఎందుకంటే గ్రంథానంతో శోధించి, వారి అనుభవంతో మేళవించి రూపుదిద్దిన ఈ సత్యశోధన-శక్తిసాధన పుస్తకాన్ని వ్యక్తి వికాసానికి పునాదివేసే గ్రంథంగా భావిస్తున్నాను.

PYDIKONDALA MANIKYALA RAO
Minister for Endowments
Government of Andhra Pradesh



Room No. 810, 8th Floor,
J-Block, A.P. Secretariat,
Hyderabad - 500 022.
E-mail : min_endowments@ap.gov.in
min_endowments@yahoo.com
Phone : 040-23450362
23451084 (F)



సత్యశోధనతో సంపూర్ణ జీవితం

సత్యశోధన-శక్తిసాధనం పుస్తక రచన విద్యార్థులు, అధ్యాపకులకు విజ్ఞాన విషయ స్థాయి లేదా సేనుకునేందుకు ఉపయుక్తముగా ఉన్నది. మానవిక, ఆధ్యాత్మిక సైరణతో విషయాలను సరిశీలించే ప్రక్రియను తన రచన ద్వారా యడ్లపల్లి మోహన్ రావుగారు సుసాధ్యం చేసేందుకు చేసిన కృషి అభినందనీయుం. విద్యార్థులు, యువత సత్యశోధన-శక్తి సాధన పుస్తక అధ్యయనం ద్వారా తమ విజ్ఞాన సామర్థ్యాన్ని పెంపొందించుకొనే విధంగా అవగాహన కల్పించడం ముదావహం సైమాసరంగాల ద్వారా ప్రతిభను పెంపొందించుకోవచ్చునన్న భావనను విద్యార్థులకు కలిగించడం మంచి అక్షరంతో వెలుపలించిన సత్యశోధన-శక్తిసాధన పుస్తకం విద్యార్థులు, యువత, సేదాపుల అదరగ పొందాలని ఆకాంక్షిస్తున్నాను.

ఈభాభినందనలతో
శ్రీ మోహన్ రావు
సైదికొండం మాణిక్యాలరావు

విద్యార్థులు తప్పనిసరిగా చదువ వలసిన పుస్తకం

మనలో ఎటువంటి లోతైన భావాలు పడకముందే విద్యార్థులకి ఈ పత్యోధన - కృపార్థు లోని విషయాలని తెలియజేయడం ద్వారా వారిలో ఆత్మపైర్వం పెరిగి జీవితంలో ఉత్సాహం పెరచే దిలకొప్పుకుని గొప్పవాడుగా ఎదిగే అవకాశం ఉంటుంది. దీనిని ఉపద్యాయులు, పాఠశాలలకు ఆద్యయం చేసి విద్యార్థులకి మరియూ యువతకి అందిస్తే అందరూ కలలు కే గొప్పసమాఖం పెరుగుతుంది.

- కె. వి. రమణాచారి, IAS (Retd)
తెలంగాణ రాష్ట్ర సలహాదారులు



వివేకానందుడు కోరుకున్న గొప్ప యువత తయారవుతుంది

ఆనందప్రసాద్ శ్రీధర్ ఉంది అని వివేకానందుడు అందించిన మాత్రిని పత్యోధన-కృపార్థు పుస్తకంలో విద్యార్థులు పక్కగా అవగాహన కలిగించే విధంగా వివరించడం జరిగింది. భయాలు, కోరికలు, ఆత్మన్యాయతకు మూలాల్ని తెలుసుకోవడం ద్వారా విద్యార్థులు శక్తివంతంగా తయారవటానికి వీలు కలుగుతుంది. ముగిసినచో కృపార్థు సరిపాలు, కాలేజీల్లో ఉపాధ్యాయులు వారం వారం విద్యార్థులకు అందిస్తుంటే వివేకానందుడు కోరుకున్న గొప్ప యువత తయారవుతుంది.

- వి. వి. లక్ష్మీనారాయణ, IPS
(former JD - CBI)



Enables Readers To Lead A Powerful Life

Yadlapalli Mohanrao garu is an excellent teacher. He explains the principles of "Bhagavadgeetha" in a very simple way. Thus the book "Sathya Sodhana Sakthi Sadhana" provides access, to teachers, students and all the general readers who read and reflect on the contents, to lead a good and happy life. He has been relentlessly working for many years to disseminate spiritual wisdom to thousands of people in a very effective and simple manner. I am one of those fortunate people who derived immense benefit from his discourses. I wish many should read this book and enable themselves to lead a powerful life.

Prof. T. Tirupathirao,
Former Vice Chancellor, OU.



మానసిక స్థితి మారితేనే పరిస్థితులు మారతాయి

ఆత్మన్యాయతకు మూలం, అపాపకానికి మూలం, భయానికి మూలం, కోరికలకు మూలం ఇలా ఒక మనిషి జీవితంలో వ్యక్తిత్వ వికాసానికి కావలసిన మూలాలని ఎన్నింటినో యధుర్భుధి మోతానరాపు గారు విపులంగా విశదీకరించారు. మానసిక స్థితి మారితేనే, పరిస్థితులు మారతాయి అన్న విషయాన్ని లోలో నీవిహిని క్లిర్ర ద్వారా తెలపటం ఇందులో వాడు బాగా సర్దుచు వివరించాడు. ఈ పత్యోధన శక్తి పాఠ్య పుస్తకం ప్రతి విద్యార్థి మరియూ ఉపాధ్యాయుడు ఆద్యయం చేయవలసిన గ్రంథం.

Dr. B. V. Pattabhiram, PhD

(ప్రముఖ వ్యక్తిత్వ వికాస నిపుణులు)



పూర్వపురుషులుగా ఎదగటానికి దోహదకారి

Justice M. Venkateshwar Reddy

Judge, High Court of A. P. (Retd), Former Judicial Member CAT New Delhi
Former Chairman, Special Court, Land Grabbing Prohibition, A. P.



సైమిత గ్రంథం అందరి, ముఖ్యంగా యువత యొక్క, వ్యక్తిత్వ వికాసాన్ని దృష్టిలో పెట్టుకొని నాసించి, రచయిత బహుముఖ ప్రజ్ఞాశాలి, పారిశ్రామిక, ఆధ్యాత్మిక రంగములలో పవ్యకారి. వితరణశీలి, గుప్తదాన స్రవ దీక్షా దక్షులు. కొప్పిడల సెమినార్స్లో విద్యార్థులను, ఉద్యోగులను, వ్యక్తిత్వ వికాసోమ్ములుగా ప్రోదితం చేసినవారు.

అధ్యాపకులు ఈ పుస్తకాన్ని విశ్లేషణ గ్రంథముగా చేసుకొని, మనంచేసుకుంటూ తీర్ణించుకొని ఆచరణలో పెడుతూ, వారి అనుభవాల్ని, ఆమధూని రంగగించి ఇందులోని పాఠములు విద్యార్థులకు విడమర్చిచెప్పాలి. దీని విల్ల అధ్యాపకులు కూడా పాఠకులగా, అధ్యాత్మికంగా, నైతికంగా, వ్యక్తిత్వ వికాసరంగా పూర్వపురుషులుగా ఎదగటానికి వారివారి విద్యార్థిని, విద్యార్థులను కూడా క్షుణ్ణజీవనము చేసినవారవుతారు. ఇలాంటి గ్రంథాన్ని అందిస్తున్న రచయితను అభినందిస్తా...

అత్యుత్తమ జ్ఞానసాధన కోర్పు

ఈ పుస్తకంలో విషయాల ఉపాధ్యాయులకు, తల్లిదండ్రులకు తెలియాలి. అప్పుడు వారు విద్యార్థులకు తగు మార్గదర్శనం చేయించగలరు. విద్యార్థులు తమ శక్తి, పాపాధ్యాలు పెంపొందించుకోవటానికి, గొప్పవ్యక్తులుగా ఎదగటానికి, సరి విని శ్రద్ధగా, వత్తిడి లేకుండా పూర్తిగా విమగ్నై నక్షుధంతో చేయటానికి, సేమతో బాధ్యతగా ఉండటానికి శ్రీ మోహదాపు గారి ఈ పుస్తకం ఎంతో తోడ్పడుతుంది.

ఈ పుస్తకాన్ని ప్రతి కాలేజీకి, మృలుకు, ప్రతి ఉపాధ్యాయునికి, విద్యార్థికి అందించాలి. అప్పుడు దేశాన్ని పర్యతోధిపుర్తి చేసే శక్తివంతమైన యువత తయారవుతారు.

ఈ పుస్తకాన్ని అన్ని మతాలకు చెందిన అక్షులు, వాక్కులు, పాతువాడులు ముఖ్యంగా రాజకీయ రంగంలో ఉన్న అందరూ కూడా Open mind తో (I.e. without preconceived notions and prejudice) స్వంత వమ్మకాలు, అభిప్రాయాలు కూడా ప్రక్షున పెట్టి, అద్యయం చేసి పత్యాన్ని గుప్తీ వ్యక్తిగతంగానూ, వమానరంగానూ కూడా చాలా పేలు బడుగుతుందని నా అభిప్రాయం.

- జస్టిస్ బి.చంద్రకూమార్

(విశ్రాంత) హైకోర్టు న్యాయమూర్తి



పెద్దల మాట

నోనాట్లూడోరి :: శ్రీరా ::

సేమతో మాట్లాడు - పూర్తిగా విప్లి తరువాత మాట్లాడు

అలోచించి మాట్లాడు - అప్పు చేసుకొని మాట్లాడు

మంచి మాట్లాడు - వప్పుతూ మాట్లాడు

మనస్సు విప్లి మాట్లాడు - ఉప్పుని ఉప్పుట్టు మాట్లాడు

తరివిగా మాట్లాడు - మనస్సు పొప్పునకుండా మాట్లాడు - తక్కువ మాట్లాడు



K. Venkat Narsaiah

M.A., B.Ed.

DEPUTY SECRETARY
Telangana Residential Educational
Institutions Society, Hyderabad.



అద్భుతమైన జ్ఞానం-అందరికీ అవసరం

“నెత్తకోదన-శక్తిపాదన” అని ఈ పుస్తకంలో ముఖ్యమైన గొప్పసత్యా
క్రిలో తెలిపిన నదాంతో వివరించడం జరిగింది. ఈ పుస్తకం చదవటం వల్ల
జరిగినా OK! What Next? అని, తెలివితో చేయవలసిన నవమీతీ పూర్తి దృష్టిలో
విస్తూనా సాధించగలుగుతారు. అత్యున్నతత లోగ్గి, పుజానాత్మకత పెరుగుతుంది.

ప్రతివిద్యార్థి, ప్రతి ఉపాధ్యాయుడు తప్పక ఆధ్యయనం చేయవలసిన పుస్తకం. ఇందులోని జ్ఞానాన్ని విద్యార్థులచేత Regular గా Debates ద్వారా Practice చేయిస్తే ఆత్మపాఠ్యలు లేకపోవటమే కాకుండా వారు ఆలోచించగల తరుణం పుడతారు.

మూర్తిమత్య వికాసానికి అత్యంత ఉపయుక్తమైన పుస్తకం



హెచ్. వరేందర్ ఖతీ, M.Sc, M.Ed, L.L.B.

విశాంత పిన్సిపాల్, ప్రభుత్వ ఉపాధ్యాయ శిక్షణాకళాశాల, మహబూబ్ నగర్.

32 Year of experience of training teachers

అన్ని శక్తులలోకల్ల, మానవమేధాశక్తి అత్యంత ఉన్నవమైనది. దురదృష్టవశాత్తు చాలామందికి భగవంతుడు జన్మతో పాటు మనకు స్రవించిన ఈ ఆపారమైన శక్తి గురించి తెలియదు. దాన్ని ఎలా పెంపొందించుకోవాలి, ఏలాజాతుకంగా ఎలా వినియోగించుకోవాలి అన్నది తెలియదు.

మోహనరావు గారు తమ సామ్యోదన-కేంద్రాదన" అన్న ఈ పుస్తకం ద్వారా మక్తే తనను గురించిన ప్రకృతి గురించిన, దైవాన్ని గురించిన వత్సాన్ని ఎలా తెలుసుకోవాలి, తద్వారా తన అత్యుత్తమి, మేధాత్వమి ఎలా పెంపొందించుకోవాలి అని విషయాలును సులభమైన శైలిలో వివరించారు.

మోహనరావు గారు గత అనేక సంవత్సరాలుగా వివిధ విధాలయాలూ, శిక్షణాసంస్థలూ, పాఠశాలలూ సంస్థలలో స్వచ్ఛందంగా విద్యుహంచన పందలారి వ్యక్తిత్వ వికాస శిక్షణా శిబిరాల అనుభవాల సాంఘిక-రాజకీయం.

ఈ సుప్రకం విద్యార్థులకు, ఉపాధ్యాయులకే కాకుండా ప్రతి ఒక్కరికి తమ మూర్తిమ్యస్థి సామర్థ్యాన్ని పెంపొందించుకోవడానికి ఉపయోగపడుతుంది. ఇందులోని మాత్రాలను విశ్లేషించితే అనుసమయక్షం చేసుకుంటూ తాత్కాలికులు కొలాపి అతిస్తున్నారు.



Md. Abdul Fareed, President,

Telangana B.ed Lecturers Association & Principal,
Reemaan college of Education, Sangareddy.

నేను వాది, ఏది ముఖ్యం? అనే రచనలో రచయిత యుద్ధపత్రిక మోహన్ రావు గారు బంజీవంగా బ్రతికడం కాకుండా సంపూర్ణ శక్తిలో జీవించడం ఎలాగో చాలా చక్కగా, మలభమైన భాషలో, అందరికీ ఆర్థం అయ్యే రీతిలో వివరించారు.

ఇందులో సునితి యొక్క జీవితంలో ఎదుర్కొనే అనేక సంఘటనలను ఉదాహరణల ద్వారా వివరిస్తూ ఎలా జీవించే సరైన మార్గములను గల వ్యక్తిత్వంలో ఎదుగుతాడో వివరించారు. సునితి అనేక సందర్భాలలో భయాన్ని ఎలా నష్టించుకుంటున్నాడో ఈ పుస్తకంలో వివరించారు.

విద్యార్థులు, అధ్యాపకులకే కాక సమాజంలో ప్రతి ఒక్కరికీ ఉపయోగపడే విధంగా ఈ రచనను Psychological గా, Philosophical గా చాలా లోతుగా విశ్లేషించారు.

విద్యార్థులలోపాటు వివిధభాగాలలోని అంతఃమందికి జీవితంలో జాగ్రత్త సంఘటనలను ఎదుర్కొని
 చైత్రవంతులుగా జీవించే అవకాశాన్ని గుర్తించిపట్టు తన సెమినార్స్ ద్వారా అలోచింపజేసిన
 మోహన్ దాస్ గారి కృషి ఎంతో అభినందనీయుం.

ఇప్పుడు మోహన్ రావు గారు రచయితగా పుస్తక రూపంలో జ్ఞానం అందించే సేవ మరచరానిది. ఆయనకు మనస్ఫూర్తిగా అభినందనలు తెలుపుతున్నాను.



Dr. D. Kanakadurga

Prof. of English (Retd.), Former Director, ELTC, OU, Hyd.
MA, Mphil, PhD (English), MA (Philosophy), MA (Vedic Astrology)
Research Supervisor in about **20 Indian Universities**,
guiding **50 Ph.D.** Scholars at present.
Number of **Ph.D& Mphil. Degrees** declared is **30**.
Has **Many other qualifications**

యువత కి మాధుర్యం చేయడానికి ఆధునిక తాళిబ్రతులో స్వామి వివేకానంద మొట్టమొదటగా పదుకట్టాడు. ఆయన భాషాబలం, రచనలకు పూర్తిగా వదిలి ఆచారావచ్ఛేదాన్నివారికి దిశానిర్దేశకం జరుగుతుంది. అలాగే ప్రపంచ స్వాతంత్ర్యం దొరింద తాళిబ్రతుడు జైర్జీవి చింతింప వచ్చును కాంగ్రెస్కు అభి సమర్థి అనే నకలంతాకట్ట భావపరైవె చెప్పింది, కేవలం, ఆమాత్రం, భయం, నేటిని మననిది వారి బంధువులకు సమర్థిస్తాము, నాటినిమనకు నాటివారి కంటేగాని వారి వంశి, గా మినినవారు.

ఇక మోహన్దాసు గారి "సత్యోదేధం-శక్తిపద్యం" అనే ఈ పుస్తకం పైను చెప్పిన రచనల్లో ఉన్న విషయాల్ని చాలా తేలికైన భాషలో యివ్వడకే అందించింది. ఈనాటి యువత అంబేద్కర్ అనేనని తొలికొద్దకొద్దం, విచక్షణ.

ఈ రెండూ ఉండి వారిని వెనుకకులాగే భావనలైన భయం, సంకేహం, దురాశ, అమాయ సంబిదిరకి చేరువు. అవి ఎలా సాధించాలో మోహదోషా గారి పుస్తకం చక్కగా చర్చించింది. యువత ముఖ్యంగా విద్యార్థులు, విద్యార్థులు తనకు చదవవలసిన చిన్నపుస్తకం ఇది.

“సత్యశోధన - శక్తిసాధన” పుస్తకం

- చిక్కి, శ్రీప్రసాద్

MA, MED, M.Phil, MBA

కవి, విమర్శకుడు, సినీయర్ సామ్రాజ్యములు



ఈ రోజుల్లో వ్యక్తిత్వ వికాసం పేరుతో చేపవేకాలంటే ఎన్నో పుస్తకాలు మార్కెట్లోకి వస్తున్నాయి అన్నది విరోధకంగా భాగవద్దీతమే మూలమూలాలు అధారంగా చేసుకున్నవే కదా!

ఈ రోజుల్లో ఎందరో అలలు రోగాన్ని గుర్తించుకుండా తాత్కాలిక ఉపశమనం కోసం మందులిచ్చినట్లు పై పై పొంగులతో వ్యక్తిత్వవికాసం కోర్సులను బోధిస్తూ, రహస్యం చేస్తున్నారు. అలలు మూలం (పునాది) లేకుంటే అలాంటి కోర్సుల వల్ల మనుషుల్లో పరిపూర్ణ వ్యక్తిత్వం సంతరించుకుంటుందా? లేదు కదా! లేదన్నదే చాలా మంది అనుభవాలు చెబుతున్నాయి.

సత్యశోధన ద్వారా శక్తిని ఎలా సాధించాలో మన మహర్షులు ఉపనిషత్ కాలంలోనే తెలియజేశారు. అది భగవద్గీత భక్తికాలంలో దాగి ఉంది. భగవద్గీతను సరిగా అర్థంచేసుకోలేక పాఠం వల్ల మానవులు సత్యాన్ని తెలుసుకోలేక పోతున్నారు.

భగవద్గీత ఏ మతానికి సంబంధించినది, ఒక పరిపూర్ణ వ్యక్తిత్వవికాస గ్రంథం అయినప్పటికీ, దాన్ని ఒక మతానికి పరిమితం చేస్తున్నారు, ఇతర మతస్తులు ఇది మా మత గ్రంథం కాదని దూరంగా పెడుతున్నారు. కొందరు కేవలం భక్తిభావంతో అందులోని భక్తికావ్య అర్థం తెలుసుకోకుండానే పారాయణం చేస్తున్నారు. అర్థం చేసుకుని అవరణలో పెట్టకపోవటం వల్ల భగవద్గీతనుంచి పొందవలసిన పూర్తి ప్రమాణజ్ఞాన్ని పొందలేకపోతున్నారు. కొంత మంది గీతాభ్యాసాన్ని ఎవరైనా చదివేయినప్పుడే వివాదంకొని మానవులుగా ఇంట్లో ఘటపాటగా గారి క్యాబిన్లో పెట్టుకోవడానికి కూడా భయపడుతున్నారు.

భగవద్గీతలో మానవానికి ఉపయోగపడే అత్యుత్తమం ఉందన్న నిశ్చయాన్ని ప్రపంచవేదాంత మేధావులు ఎందరో గుర్తించారు. జర్మనీలాంటి దేశాల్లో పరిశోధనలు చేస్తున్నారు. అనేక యూనివర్సిటీలలో వ్యక్తిత్వ వికాస పుస్తకంగా ఏజెన్సీ ఉంచారు. మేనేజ్ మెంట్ కోర్సుల్లో వివిధా ఉపయోగిస్తున్నారు. అయితే అక్కడ కూడా భగవద్గీతను, అందులోని పరమసత్యాంశం, మలభరతమైన పెద్దతులంటే, నిజజీవితానికి ఉపయోగపడే విధంగా లోపించుట లేదన్నది చాలామంది అభిప్రాయం.

ప్రమాణ వ్యక్తిత్వ వికాస విధానాలు, అధ్యాత్మికవేత్త యుద్ధవల్లి మోహన్ రావు గారు భగవద్గీతలోని మాంస మూలాలను విస్తృత పరిశీలన, పరిశోధన చేసి, వేలాది శిక్షణాతరగతుల ద్వారా విద్యార్థులు, అధ్యాపకులతో పాటు ఇతర రంగాలలోని అనేకమందికి శిక్షణసందించిన అనుభవంతో “సత్యశోధన-శక్తిసాధన” పుస్తక రూపకల్పన చేయటం జరిగింది.

అయినా ఎవరి వద్ద నుండి ఒక్కరు పాఠాలు రుసుం కూడా తీసుకోకుండా సాంతకాలంలో 3 లక్షల కి.మీ పైగా ప్రయాణించి లక్షలాది మందికి శిక్షణనివ్వటం జరిగింది.

విద్యార్థి దశనుండి ఇందులోని జ్ఞానాన్ని నిత్యమూ అచరణలో పెడితే అందరూ కోరుకునే సేమ, ఆత్మీయత, సజ్జతతో కూడిన శక్తివంతమైన అదర్శ ప్రపంచం (IDEAL WORLD) తప్పక ఏర్పడుతుంది.

1. సంపూర్ణ శక్తితో జీవించడం అంటే ?

జీవితమంతా నిండుతనాన్ని, శ్రద్ధ, ప్రశాంతతను, స్వచ్ఛతను, ధైర్యాన్ని, ప్రేమను, చైతన్యాన్ని (Liveliness), నమ్మకాన్ని సంపూర్ణంగా అనుభవిస్తూ జీవించడం కదా! సంపూర్ణ శక్తితో జీవించడం అంటే.

మేను తక్కువ అనుకునేవాళ్ళు తృప్తిని, ప్రశాంతతని, ధైర్యాన్ని, స్వచ్ఛతను, చైతన్యాన్ని అనుభవించగలరా?

అలాంటి వాళ్ళను, బలహీనులు అంటూ కాని శక్తివంతులు అంటామా? పై లక్షణాలల్లో ఏ ఒక్కటిలేకున్నా అన్నీ లేనట్లే కదా! ఇన్నీ రకాల పదాలను సందర్భాలను బట్టి వాడినా, అంతరార్థం ఒక్కటే కదా! ఈ విధంగా అందరు కోరుకునే సంపూర్ణమైన శక్తివంతమైన జీవితాన్ని పొందటం సాధ్యమా? సాధ్యమే అది ఎలాగో చూద్దాం!

అంతర్గత శక్తి (Inner Power) గురించి జ్ఞానాలు, పెద్దలు ఏమి చెప్పారు? మానవుడే మాధవుడు, నరుడే నారాయణుడు, పరిశుద్ధాత్మ నీలోనే వుంది.



The Wisdom of God is within you,
The Kingdom of Heaven is within you

స్వర్గలోకం నీలోనే వుంది, భగవంతుని జ్ఞానం నీలోనే వుంది అని అన్ని మతాలకు చెందిన పెద్దలు ఎంతో మంది చెప్పినారు కదా! ఏమిద్దించికి అర్థం నీలో అనంతమైన శక్తి వుంది అనే కదా! దీనినే వివేకానందుడు (సింపుల్గా All Power is within You) అనంతమైనశక్తి నీలోనే ఉంది” అని చెప్పారు. ఇవన్నీ నిజమైనప్పుడు నీవు సర్వశక్తి సంపన్నుడివి కదా! మరి అంతటి శక్తిని నీవు అనుభవిస్తున్నావా? యదాధానికీ ఏమి ఆరుగుతున్నది?

చదువులు పెరుగుతున్నకొద్దీ, వర్గీకరణ పెరిగి, ప్రశాంతత, ఏకాగ్రత, జ్ఞానశక్తి, వుజ్జాత్యకత, ఆనందం, స్వేచ్ఛతో పాటు సర్వశక్తులు తగ్గి, అసంతృప్తి పెరుగుతుంది.

ఎంతటి పిల్లవాడైనా ఏపని చేస్తున్నా శక్తిని పెంచుకోవడం కోసం చేస్తాడని, తగ్గించుకోవడం కోసం చెయ్యడు కదా! అలాగైతే పొరపాటు ఎక్కువ జరుగుతుంది? (తృప్తిగా పరిశీలించి చూద్దామా?

నాలో ఉన్న ఈ శక్తిని నేను ఎందుకు అనుభవించలేక పోతున్నాను? అనంతమైన శక్తి నాలోనే ఉంటే, నాకు ఎందుకు తెలియటం లేదు? అనలు అనంతమైన శక్తి అంటే ఏమిటి? అని నీవు ఎప్పుడైనా ఆలోచించావా?

మరి వివేకానందుడు రెండి! మేల్కొండి! (Arise! Awake! ఉత్తిప్తతి! జాగృత్-కరోపనిషత్) అనే పిలుపునిచ్చాడు. దాని అర్థం మనల్ని భౌతికంగా మేల్కొనామా? తెలివని మేల్కొల్లునామా? మరి అనంతమైన శక్తి అంటే బుద్ధిబలమా? లేక భుజబలమా? ఇన్నీ రోజులు తెలివితో జీవిస్తున్నట్లా? తెలివితక్కువతో జీవిస్తున్నట్లా?



Suashma Varma
Finished high school
at the age of 7



Anil Gang
from 2003 Delhi,
wrote 100 poems book



Swarni Shukla (13)
World Record
for Singing Most Ragas in live concert



Malayath Poornima (13), S. Anand Kumar (11)
of Telangana, Everest Climbers.



Sanyal Kumar (7), Shomeen (7)
Launched a Mobile Company in
Chennai, became the youngest CEO.



Sanyal Kumar (7), Shomeen (7)
Launched a Mobile Company in
Chennai, became the youngest CEO.

అసంతృప్తతలతో అంటే బుద్ధిబలమే కాని భుజబలం కాదు కదా! కొండలను ఎత్తటం విజయైవ శక్తి అవుతుందా? ఏమి జరిగినా, ఎన్ని ఒడిదొడుకులు ఎదురైనా, భయం కాని, భాధకాని, వెలితి కాని లేకుండా తృప్తితో, దైర్ఘ్యంతో లోక కల్పాణం కోసం ఏపనినైనా పూర్తిగా నిమగ్నమై చేస్తూ జీవించగలిగే బుద్ధిని కలిగి ఉండటమే. సంపూర్ణ శక్తితో జీవించడం.

అలోచిస్తే తెలివి పెరుగుతుంది కదా! ఈ బుద్ధిని ఏవేళ, విచారణల ద్వారా పెంచుకొని, కోరుకోని, ప్రయోజనము లేని భయాలు, భాధలు, అసంతృప్తి ఎలా కలుగుతున్నవో పరిశీలించి తెలుసుకుంటే, నివారించగలం.

ముందుగా భయాలన్నింటికీ మూలం తెలుసుకుందాం!



నీవు తికరణకుద్రిగా, అతృప్తాక్షిగా, అంకితభావంతో ఎంతమందిని శక్తివంతులుగా చేయాలనే బాధ్యతను స్వీకరిస్తావో నీలో అంతశక్తి పెరుగుతుంది. నీ ఆరాటమే నిన్ను ఎన్నో రకాల విషయాలను తెలుసుకునేట్లు చేస్తుంది. నీలోని అసంతృప్త బుద్ధిబలాన్ని, జ్ఞానశక్తిని, సృజనాత్మకతను వెలికితీస్తుంది.

2. భయానికి మూలం - Origin of Fear

కొంతమందికి నీళ్ళల్లోకి తేక్కుటమంటే భయం, అలానే కొందరికి చీకటంటే భయం, మరికొందరికి దయ్యాలంటే భయం, నిప్పుంటే, ఓటమి అంటే, స్నేహ మీద మాట్లాడటమంటే, వరువుపోతుండంటే, పరీక్ష అంటే, లిఫ్ట్ ఎక్కడమంటే, కొత్తవాళ్ళతో కలవటమంటే, ఇంకా ఎన్నెన్నో విధాలుగా భయపడుతూనే ఉంటారు? అన్ని భయాలు మరణం అనే ఒకే భయం నుండి వచ్చాయి. ఏవోతుందో, ఏమి అవుతానో, ఏమంటారో అనే ఆలోచనల వల్లనే భయాలు కలుగుతున్నాయి. మరణమే లేదు అని పూర్తిగా విధ్వంసం అయిన వారికి ఎలాంటి భయాలైనా ఉంటాయా?



ఉండవు కదా! అలాంటప్పుడు అతను దైర్ఘ్యం, ప్రశాంతత, సంతోషం, ఏకాగ్రత, జ్ఞానశక్తితో, తృప్తితో, జీవిస్తూ నలుగురికి సహాయపడుతూ వుంటాడు.

ఈ ప్రపంచంలో ఏ మతం కూడా నీ శరీరం చనిపోతే నీవు కూడా చనిపోతావు అని చెప్పలేదు కదా! నీవు ఉంటావు అనే చెప్పారుకదా! మరి అదాగో వేదాలలోని శ్లోకాలలో "మృత్యువు వచ్చు, మరణం లేని స్థితి కావాలి" అని శిష్యులు కోరుతుండగా "మృత్యువు నుండి విడిపో, మరణం లేని స్థితిలోనే వుండు" అని గురువులు బోధించినట్లు వున్నది కదా!.

"మృత్యుత్వా అమృతమే గమయ..... మృత్యోరుక్షీయ మా అమృతాత్"

చచ్చి చచ్చి చచ్చి చావంగ నదియేల?... చావులేని చదువు చదవనలెమ... అని నేనున చెప్పారు కదా! దేనిని తెలుసుకుంటే మరణం లేని స్థితిని పొందుతావో, అది చెబుతున్నాను అని భగవద్గీతలో కూడా చెప్పబడింది కదా!

యదే జ్ఞాత్వా అమృతమే అమృతే గీత: 13, 13

ఎవరైనా పూర్తి depression లో ఉన్నప్పుడు క్షణికంగా "చచ్చిపోతే బాగుండు" అని అనుకుంటారేమో కాని, ఏ మూత్రం బాగున్నా చావు నుండి ఎట్టినా తప్పించుకోవాలనే ప్రయత్నం చేస్తారు కదా! ప్రతి ఒక్కరు మరణం అంటే భయపడుతూనే ఉన్నారు కదా! అంటే ప్రతి ఒక్కరు మరణం లేకుండా వుండాలి అనే అనుకుంటున్నారా కదా! ఏ ఒక్కడో అనుకుంటే వానిని విప్పినాడు అని అనుకోవచ్చు కాని, ప్రపంచంలో ఏడు వందల కోట్ల మందిలో ఉన్న ఈ కోరిక విప్పిదైతే, సృష్టి, సృష్టికర్త పిప్పివాడై ఉండాలి కదా! ఇది అసంభవం కదా! కనుక మరణం లేకుండా ఉండగలగటం సాధ్యమన్నారే. కాని బాహ్యంగా చూస్తే ప్రతి ఒక్కరూ మరణిస్తున్నారా కదా!

Fear : Fear is Death, Fear is Sin, Fear is Hell, Fear is Unrighteousness, Fear is wrong life. All Negative thoughts and ideas that are in the World have proceeded from this evil spirit of fear.

- Viveka Ananda.



లోతుగా వివేకంతో పరిశీలించి చూద్దాం.

ఒక కుర్రవాడు ఇష్టంగా చేతి ప్రేలి గోరును చాల పెద్దదిగా పెంచుకున్నాడు ఒక రోజు అనుకోకుండా అతని గోరు విరిగిపోతే, ప్రాణం పోయినట్లు భావపడ్డాడు. "ప్రకృత్యారు చూసి నవ్వాడు. అదే వ్యక్తి యాక్సిడెంట్ అయి రెండు కాళ్ళు బాగా damage అయినప్పుడు, అతనితో వైద్యులు నీ కాళ్ళు తొంగిస్తే కాని నీవు బ్రతకవ్వు" అని చెప్పినప్పుడు, ఆ వ్యక్తి "నేను" ముఖ్యమంటాడా? నా కాళ్ళు ముఖ్యమంటాడా? నేనే ముఖ్యం అంటాడా.

ఒక అతను ఫ్యాక్టరీలో పనిచేసినప్పుడు మిషన్ లో చేయి ఇరుక్కు పోయి అతనిని లోపురిక్కి లాగేస్తుంటే "నీ చెయ్యి కట్ చేయకపోతే నీవు పోతావు అంటే", అతను "నేను" ముఖ్యం అంటాడా? నా చెయ్యి ముఖ్యం అంటాడా?

ఇంకో అతను ఎంతో ఇష్టపడి కానుకలన్న చొక్కా నెప్పపడి తగలబడుతున్నప్పుడు నాచొక్కా ముఖ్యమనకుండా తీసి పారవేస్తాడు కదా! (అంటే నేనే ముఖ్యమని అంటున్నాడు కదా!)

కొంతమంది రైతులు కాని, ఇతరులు కాని నా పరువుపోతే నేను పోయినట్లే అని భావించి పరువు కోసం ప్రాణాలు తీసుకుంటున్నారా కదా! వారు ప్రాణం కన్నా తమ పరువునే ముఖ్యంగా భావిస్తున్నారు. అంటే వారు "పెరుపుని", "నేను"ని ఒకటిగా అనుకొని "నేను" ఉండాలి అనుకోవటం వల్ల వాళ్ళకు ప్రాణకోసం విదిముఖ్యం కాలేదు కదా!

రూ. 100 కోట్లు సంపాదించి, ఆ ధనమే తనకు security అనుకున్న వ్యక్తి యొక్క ధనం కోసం అతని మీద హత్యా ప్రయత్నం జరిగినప్పుడు అతడు "నేను" ముఖ్యమని ధనాన్ని వదిలి పారిపోతాడు కదా.

నాది నాది అనుకున్నప్పుడు నాకోసం తప్ప వాటి కోసం నేను కాదు కదా! "నేనుండాలి, నేనుండాలి" అనుకుంటున్నాడు గాని, "నాది ఉండాలి నాది ఉండాలి" అని అనుకోవటం లేదు కదా!

Fear Less

Freedom

Skill



THE POWER OF THE MIND IN THE FACE OF EVENTS OF FEAR LIFE

అలాంటప్పుడు నాదిపోయినా "నేను" ఉండగలగాలి కదా! పరిశీలించి చూద్దాం!

చిన్నప్పటినుండి నీ ఎత్తు, రావు, బరువు, భాష, పట్టు, స్నేహితులు, వస్త్రాలు, మనస్సు, బుద్ధి, శరీరంతో సహా నాది నాది అనేవన్నీ మారినా "నేను" "నేను" అనే అంతఃస్మరణ లో మార్పుండా? లేదు కదా! 3 నెలల వయస్సులో ఉన్న నీ పోటో చూపిస్తే ఆ "నేనే" ఈ "నేను" అంటావా? ఆ "నేను" వేరు ఈ "నేను" వేరు అంటావా? ఆ "నేనే" ఈ "నేను" అంటావు. కదా! (ఆ నేను వేరు ఈ నేను వేరు అని అనవచ్చు కదా!) అంటే "నేను" అనే అంతఃస్మరణ లో మార్పు లేదు కదా! చిన్నప్పటి నుండి ఇప్పటి వరకు "నేను" "నేను" అనేది మార్పులేకుండా నిరంతరం అందరి మనస్సులో తెలియబడుతున్నానే వుంది కదా! మారేదేదైనా నాశనము అవుతుంది. త్వరగా మారుతుంటే కొందరగా నాశనమౌతుంది. నెమ్మదిగా మారుతుంటే కొంత కాలానికి నాశనమవుతుంది. మార్పులేవిది నాశనం కాదు కదా, నేనుకు మార్పులేదు కాబట్టి మరణం కూడా లేనట్లే.

శరీరం పోతే ఏమీ తెలియటం లేదు కదా! అని అనుకుంటే తెలియక పోవటమే మరణమైతే, ప్రతిరోజు గాఢనిద్రలో మనం ఏమీ తెలియని స్థితిలో వుంటున్నాం కదా! దానిని మరణం అని అనగలమా! Death is a Long Sleep, Life is a Long Dream. మధ్యలో మరణం ఎక్కడుంది. దాక్షర్షి చనిపోయారని చెప్పినతర్వాత కూడా కొంతసేపటికి మరలా బ్రతికినవారు ఉన్నారు. అలాంటి వాళ్ళల్లో 150 మంది అనుభవాలను పుస్తకరూపంలో పొందుపరచడం జరిగింది. ఆ పుస్తకాలే

Ref: 1. BEYOND the VEIL - "Near Death Experiences" - book by Lee Nelson, Richard Nelson, 2 "Past Life Regression" - books

ఉదా: అలలు పుట్టినప్పుడు, పెరిగినప్పుడు, బయటైనప్పుడు సముద్రం (నీరు) పట్టులేదు, పెగలలేదు, మార్పు చెందలేదు, నాశనం కాలేదు కదా! అన్ని అలలకు ఆధారంగా సముద్రం ఉంది కదా! అలాగే ఆలోచన పుట్టినప్పుడు, కదిలేటప్పుడు, పోయేటప్పుడు కూడా "నేను" అనే అంతఃస్మరణ ఉంటుంది కదా! మనస్సు ఎక్కడ ఉంటే "నేను" అనే స్మరణ కూడా అక్కడే మనస్సుకు ఆధారంగా ఉంది కదా! మనస్సు ఈ సృష్టిలో ఎక్కడికైనా వెళ్ళగలదు కాని "నేను" అనే స్మరణ లేకుండా ఎక్కడా, ఎప్పుడూ ఉండదు కదా! కాబట్టి అసలు "నేను" కు పరిమితిలేదు. నాశనం లేదు. కాబట్టి "నేను శాశ్వతం". అంటే "నేను" కు మరణం లేనే లేదు.

Ref: PageNo- 29 "శరీరం లేకుండా"

అన్ని భయాలకు మూలకారణం మరణమే కదా! నేను శాశ్వతము అని తెలుసుకున్నప్పుడు మరణమనేదే లేదు కదా! అలాంటప్పుడు మరణభయంతో పాటు అన్ని రకాల భయాలు (పత్రిమలు) లోగిపోతాయికదా!

3. కోరికలకు మూలం

Absolute Real Desire (ARD) = Origin of Desire (OD)

2. కొంచెం సలహా ముడికి లాగడం అవసరం? మరీ ఆ కోరికలన్నీంటే మూలం ఏమిట?

ఉదా: ఒక retire అయిన senior engineer కు నెలకు 15 వేల రూ! ఇస్తామని, మా దగ్గర నుంచెయ్యండి అంటే "నాకు నెలకు 30వేల pension వస్తుంది. నేను తృప్తిగానే ఉన్నాను. ఇప్పుడు ఉద్యోగం చేయవలసిన అవసరం లేదు" అన్నాడు. మరి ఇది నిజమైన తృప్తి? అయినకు వేరే కంపెనీ వారు నెలకు లక్ష రూపాయలు ఇస్తాం మీ సలహా ఇవ్వటానికి ప్రతి వారం కొన్ని గంటలు మాత్రం వస్తే చాలు, అని అన్నప్పుడు నాకు అవసరం లేదు నేను తృప్తిగా ఉన్నాను అంటాడా? ఉద్యోగం చేస్తాడు కదా! అంతకు ముందు కొద్ది డబ్బుల కోసం అంతశ్రమ చేయలేనని రాజీనామా (compromise) తప్పి ఇంజనీర్ డిటికాడు కదా! ఇది విధంగా మేము ఆనందంగానే తృప్తిగానే ఉన్నామనుకునే అందరిలో నిజమైన తృప్తి ఉన్నదా? మరి నిజమైన తృప్తి ఎప్పుడు వస్తుంది?

ప్రతి చిన్నదైనా స్వామిజీకున్న శక్తితో "ఈ భారతదేశం మొత్తం నీకు ఇస్తున్నాను. ఒక్క నాగపూర్ మాత్రం నేను ఉంచుకుంటాను" అని అన్నప్పుడు మనస్సులో ఏమంటుంది? "నాగపూర్ నీకు ఇవ్వాలి" అని అంటుంది. ఇది మనస్సులో ఉన్న కోరిక.

నీకు హస్తగతం చేసి, ఒక నేపాల్ మాత్రం నేను ఉంచుకుంటాను అన్నప్పుడు నీ మనస్సులో ఏమంటుంది? నిజంగా ఆ స్థితిలో ఉండి ఆలోచించండి. నీ మనస్సులో నేపాల్ గురించిన ఏదోఒక ఆలోచన ఉంటుంది కదా! చివరికి విశ్వంమొత్తం నీ సొంతమైనా ఒక గ్రహం నీది కాదు అన్నప్పుడు కూడా కొంత వెలితి ఉంటుంది కదా! దీనిని బట్టి చూస్తే సృష్టి మొత్తం కన్నబైతే కానీ ఏ ఒక్కరు నిజంగా తృప్తిని పొందలేరు అని తెలుస్తుంది కదా!

నాది తక్కువైతే "నేను" తక్కువ, నాది ఎక్కువైతే నేను ఎక్కువని నాది-నేనుగా భావించే వాడు సృష్టిమోక్షాన్ని (అనంతాన్ని) కోరుకుంటున్నాడంటే "నేను" అనంతమై ఉండాలనేదే కదా! అందరికీ ఉన్న నిజమైన కోరిక?

నేను-నాది మధ్య తేడాను తెలుసుకోక నాదేదో తక్కువైతే "నేను" తక్కువ అనుకొని లేనిపరిమితిని అనుభవించడం, ఆ పరిమితిని భరించలేక నిండుదనాన్ని అంటే అనంతమైన స్థితిని పొందాలనే ప్రయత్నమే కోరికలన్నింటికీ మూలం కదా!

నేను-నాది వాడికొద్దికి పరిమితులు ఉన్నాయి. కానీ నేను అనే దానికి పరిమితి లేదు కదా! నీ చెల విధములలో దాని పరిమాణం ఎంతో చిన్నగలవచ్చు. నీ కాలు ఎక్కడుంటే దాని పరిమాణం ఎంతో పెద్దగలవచ్చు. నీ చెవి ఎక్కడుంటే దాని పరిమాణం ఎంతో చిన్నగలవచ్చు. నీ చెల్లెడ ఎక్కడుంటే దాని పరిమాణం ఎంతో పెద్దగలవచ్చు కానీ "నేను" అనే స్వరూపు ఎక్కడుంది. దాని పరిమాణం ఎంతో అంటే వెళ్ళగలవా?

మయా తతమే ఇదం సర్వమే. జగద్ - గీతా 9.4

మనస్సు ఎక్కడ ఉంటే, "నేను" అనే మృగ కూడా అక్కడే మనస్సుకు ఆధారంగా ఉంటుంది. మనస్సు ఈ పుస్త్రలో ఎక్కడైనా వెళ్ళగలదు కానీ "నేను" అనే మృగ లేకుండా ఎక్కడా ఎప్పుడు ఉండదు. అంటే "నేను" అనే భావము సృష్టి మొత్తం వ్యాపించి ఉన్నదనే కదా! ప్రతివారిలో శరీరం, మనస్సు, బుద్ధి మారుతున్నప్పటికీ మార్పులేని "నేను" అనే అంతఃమృగ అందరిలో సమానంగా ఉంది. అంటే "నేను" అనే మృగ పరిమితి లేని అనంతము.

ఎన్ని అలలు పుట్టి, పెరిగి, పోయినా అన్నింటికీ ఆధారమైన నీటికి గాని, సముద్రానికి కాని (అలకు ఉన్న) మార్పు, పరిమితులు లేవు. అలాగే ఆలోచనలు పుట్టినప్పుడు, కదిలినప్పుడు, పోయినప్పుడు కూడా "నేను" అనే ఆధారం మార్పు లేకుండానే ఉన్నది.

పరిమితమైన మనస్సు తనకు ఆధారమైన అనంతమైన మార్పులేని "నేను" ను సరిగ్గ గుర్తించక నాది-నేను అనే పరిమితి నుంచి అనంతమైన స్థితిని పొందటానికి చేసే ప్రయత్నమే కోరికలన్నింటికీ మూలం.

"నేను" నేనుగా ఉండటం అంటే (తృప్తిగా) పూర్ణత్వాన్ని అనుభవిస్తూ ఉండటమే.

మనస్సులోని ప్రతి ఆలోచనలో "నేను" శాశ్వతం, నేను పూర్ణం అనే భావాన్ని నిలుపుకునే ప్రయత్నమే అత్యున్నత సాధన.

నిరంతరం "నేను" అనే పరిమితిలేని మృగ ఎటుక (awareness)

మనస్సులో పెరుగుతుంటే చైత్ర సశారత పెరుగుతూ కోరిక నుండి స్వేచ్ఛను పొందుతాడు.

FEAR - LOSS OF FREEDOM



Before Saddam Hussein caught from bunker After
"నేను తక్కువ లేక పరిమితం" అనే భావన మనస్సులో ఉన్నప్పుడు ఎలాంటి అశాంతిని, స్వేచ్ఛలేని స్థితిని అనుభవించాలో నీ జీవితపు అనుభవాలనుండి గుర్తుతెచ్చుకొంది.

4. ఆత్మవ్యసనములం

నేనుతక్కువ అనుకునేవాడు ప్రకారంగా, భృష్టిగా, శక్తివంతంగా ఉండలేదు కదా! అనుభవంతో, వెలికితో, స్నేహం, భ్రష్టాన్ని పోగొట్టుకొని నరకాన్ని, నరకంతో భరించలేని దుస్థితిని అనుభవించి, జ్ఞానశక్తి, సృజనాత్మకత లాంటి సర్వాశక్తుల్ని కూడా పోగొట్టుకుంటాడు.

సర్వ శక్తుల్ని పొందించే నేను తక్కువ అనే ఆత్మవ్యసనం (Inferiority Complex) ఏ ఎలా లోగించుకోవాలి?

నమం సత్సత్వ భూతమ్, తిష్ఠనం పరమేశ్వరమ్ - గీత 13.28

ఏవేలైనా వ్యాపారంలో ఉన్న ఆస్తిమైత్రం పోగొట్టుకున్నప్పుడు, నా ఆస్తి పోయిందను కోవాలా? నేను పోయాను అనుకోవాలా? కాలు విరిగిపోతే నా కాలు పోయిందనుకోవాలా? నేను పోయాను అనుకోవాలా? చూపు పూర్తిగా పోతే నా చూపు పోయిందనుకోవాలా? నేను పోయాను అనుకోవాలా? ఎంతటి అజ్ఞాని అయినా నాదిపోతే నేను పోయాను అనుకోదు కదా! అలాంటప్పుడు నా ఆస్తి తక్కువైతే నేను తక్కువ, నా మార్కులు తక్కువైతే నేను తక్కువ అనేది అజ్ఞానం, అసత్యమే. RefTo OF, OD

ఈ ప్రపంచంలో వున్న 700 కోట్ల మంది పొగడినా "నేను" అనేది ఏ మాత్రం పెరగదు, తిట్టినా ఏ మాత్రం తరగదు. ఈ సృష్టిలో వున్న ఏ శక్తియైనా "నేను" ఏ మార్పు చేయగలదా?

మార్పులేవిది సత్యం. కాబట్టి "నేను" అనేదే సత్యం.

నాది తక్కువ అంటే "నేను తక్కువ అనేది అసత్యం"

"నేను నేను నేను" అనే అంత:స్ఫురణలో మార్పులేనప్పుడు ఏ మాత్రం జ్ఞానం ఉన్నవాడైనా, నా ఆస్తి, నా ఎత్తు, నా కలర్, నా ఫ్రెండ్స్, నా జ్ఞానం, నా ఆరోగ్యం, నా జీతం, నా డిగ్రీ, నా పదవి లాంటివి ఎన్ని తక్కువైనా, "నేను" తక్కువ అనుకుంటాడా?

జ్ఞానంతో "నాది తక్కువ" అనుకునే వాడు భరించగలడు, సహించగలడు, తనలోని ఆనందాన్ని: బుద్ధి బలంతో unlimited జ్ఞానశక్తితో ఏదైనా సాధించగలడు. తృప్తిని, నిండుదనాన్ని, స్నేహం, భ్రష్టాన్ని అనుభవిస్తుంటాడు.

అజ్ఞానంతో "నాది తక్కువ" అనుకునేవాడు భరించలేడు, సహించలేడు ప్రకారత, ఏకాగ్రత దాని వల్ల జ్ఞానశక్తి, సృజనాత్మకత పోగొట్టుకొని, ఏమీ సాధించలేడు నేను తక్కువ అనేది లేనప్పుడు మనసు అనుభవించేది భృష్టి, నిండుదనము శక్తి

ఏ ఏ ఏ చేసినా తృప్తి లేదా? తృప్తి కోసం చేద్దామా?

నిండుదనం లేదా? నిండుదనం కోసం చేద్దామా?

నిండుదనం, భృష్టితో ఏ ఏ చేసినా జీవితం మొత్తం

అలాగా మారుతుంది. యోగ్య: కుమ కర్మాధి గీత:2-48



అట్లు, ఏ వర్తిడి లేకుండా అటలో నిమగ్నమై, competitor కు కూడా ఉత్సాహం కలిగిస్తూ

నడచిన పట్టుక, ఆడు కదలికలను చూసి అతని స్వీయ అభివృద్ధి దాగిపోతే కూడా Performance బాగా ఉంటుంది. skill పెరుగుతుంది. అలా కాక వర్తిడి, భయం వచ్చింది అంటే నీవు భరించాన్ని గురించి, తృప్తికోసం బ్రతకడం కోసం గెలుస్తానో లేదోనని ఆలోచిస్తున్నావన్న మాట. దీని వల్ల ఉన్న శక్తికూడా నశిస్తుంది.



గేమ్ లో ఏ powerful competitorని నీవు గురువుగా స్వీకరించితే లాభమా? శత్రువుగా స్వీకరించితే ప్రయోజనమా? తృప్తి తో(నిండుదనంతో) ఉన్నవాడికి గెలవటం ముఖ్యమా? పూర్తిగా ఆడి skill పెంచుకోవటం ముఖ్యమా?

వేరేవారి achievements ని మనము information గాను, inspiration గాను స్వీకరిస్తే, జీవితంలో ఉత్సాహం, శక్తి పెరుగుతూ ఉంటాయి. కొన్ని విషయాలు మనము సరైన జాగ్రత్తలు తీసుకోవడానికి ఉపయోగపడుతాయి. అందరి అటలు ఆదాలనుకోవడం మూర్ఖత్వం (పొరపాటు) అవుతుంది. నీ స్వాభావిక అటలు ఆడడం శ్రేయస్కరం. అటలు అంటే? మార్కులు సంపాదించడం, ఉద్యోగం సంపాదించడం, వ్యాపారం చేయటం, చేసే ప్రతి పనిలో వైఫల్యం పెంచుకోవటం, కొత్తవి కనిపెట్టడం, నలుగురికి మార్గదర్శనం చేయటం, సేవ చేయటం, నాట్యం చేయటం.... ప్రతీది ఆటే.

బాధ్యత- దృక్పథం- శక్తి

నీవు చాలా ప్రకారంగా ఉన్నప్పుడు వచ్చే ఆలోచనలలో నీవొక్కడే బాగుంటావని ఉంటుందా? లేక ప్రపంచంలో అందరూ అసందంగా, స్నేహం నీ అనుభవం దుండాలనే కోరిక ఉంటుందా?

అందరూ నమ్మకంగా ఉండాలనే నీ కోరికను తీర్చే బాధ్యత ఎవరిది? ఏమీ చేయగల్గినా, చేయలేకపోయినా బాధ్యత నీదే కదా! బాధ్యత నాదే అని గుర్తించి విజన్ తో (ద్వైత భ్రమతో) ప్రయత్నిస్తుంటే సర్వశక్తులు పెరుగుతుంటాయి ఎంత మంచి శక్తివంతమైనా చేయాలనే బాధ్యతను నీవు స్వీకరిస్తే, నీలో అంత శక్తి పెరుగుతుంది.

5. అహంకారానికి మూలం (Origin of Ego)

అవలు అత్యనాధిక్యత (Inferiority Complex) ఏ మాత్రం లేని వారు ఎవరైనా ఉన్నారా? మనవి దంభము, దర్భము, (ego, superiority Complex) ఎందుకు ఉన్నాయి? అతను విజంగా లేనవ అనుభవిస్తున్నది ఏమి?

నేను తక్కువ అనే భావన ఏ మాత్రము లేకుండా నిండుదనాన్ని, శృద్ధిని, ప్రశాంతతను, అనుభవిస్తున్నవాడికి "నేను గొప్ప" అని ప్రదర్శించుకోవలసి అవసరం ఉంటుందా? ఉండదు కదా! మరి నేను ఎక్కువ అని అహంకారంతో ప్రవర్తించే వాళ్ళు నిజంగా (deep inside) అనుభవిస్తున్నది ఏమిటి? తక్కువ తనమా? ఎక్కువ అనే భావమా? Inferiority or superiority Complex?



Knowledge = 1 Ego

More the Knowledge
Lesser the Ego
Lesser the Knowledge
More the Ego

• Albert Einstein



వెలితిని కప్పిపుచ్చుకుని గొప్ప అనిపించుకోవటం కోసం చేసే ప్రయత్నమే EGO.

వారం రోజులు స్నానం చేయకుండా గొప్పలు వచ్చాడని, కంపును కవర్ చేయాలని వైసైన స్త్రీలు కొట్టుకొన్నవానిలాగా, నేను తక్కువ అనే Inferiority ని కవర్ చేసుకోవాలని ఏదో ఒక విషయంలో నేనుఎక్కువ అని ప్రదర్శించే ప్రయత్నం చేస్తారు కదా! Inferiority అనుభవిస్తున్నవానికి కనీసం

సానుభూతైనా లభిస్తుంది. కానీ ego ని ప్రదర్శించేవారు తమ అత్యుయల అభిమానాన్ని కూడ పొందలేరు కదా! నిజంగా గొప్పవారు అంటే మహాత్ములందరూ నిండుదనంతో పనిపిల్లలాగానే స్వేచ్ఛను అనుభవిస్తుంటారు.

అంటే Ego Superiority ప్రదర్శించేవాళ్ళలో ఉన్నది Deep Rooted Inferiority మాత్రమేగాని, నిజమైన నిండుదనం కాదు కదా! తమ గురించిన అసలు సత్యం తెలుసుకున్న ప్రతివారు, నిండుకుండ లాగా నిశ్చలంగా శక్తివంతులుగా, చిన్న చిల్లవాడిలాగా తీవ్రస్థారు

చాలా సార్లు మీకు అహంకారం, అభిమానం ఆడుపడి ఎదుటివారిలో మోటుకొడలేనట్లుకు మీలో కలిగిన అనుభవాల్ని గుర్తుతెచ్చుకోండి.



6. సత్య, రజః, తమో గుణాలకి మూలం

కామ, క్రోధ, లోభ, మోహ, మద, మాత్సర్యముల తో పాటు దంభము, దర్భము, అభిమానము, అహంకారములతో ప్రవర్తిస్తున్నవాడు నిను అనుభవిస్తూ ఉంటాడు.

తనకోపమే తన శత్రువు.

తనశాంతమే తనకు రక్ష ధర్మ చుట్టందో

తన సంకోపమే స్వర్గము.

తన దుఃఖమే సరకమండ్రు తద్యము నుమతీ!

మనిషి అజ్ఞానం వలన తన అసలు మూలమైన "నేను" శాశ్వతము, పూర్వము (నిండుదనం, శృద్ధి) అని గుర్తించక నాదితక్కువ అయితే "నేను" తక్కువ అని భాదని. నాది పోతే నేను పోతాను అనే భయాన్ని కల్పించు కుంటున్నాడు.

ఈ బాధ, భయం నుంచి బయటకు రావటానికి, అజ్ఞానంతో అనేక భావాలు ఏర్పర్చుకొని, ఏదో ఒకటి పొందితే నిండుదనం వస్తుందని కోరికతో ప్రయత్నిస్తుంటాడు. ఈ ప్రయత్నంలో అడ్డుపడిన వారి మీద కోపాన్ని పెంచుకుంటాడు. ఆ క్రోధం వల్ల ఉన్న జ్ఞానం కూడా పోయి ఇప్పటివరకు మంచివాళ్ళనుకున్న వాళ్ళనే చెడుగాను, చెడుగా అనుకున్నవాళ్ళను మంచివాళ్ళుగాను అనుకొని మోహంలో పడతాడు. ఈ మోహం (భ్రమ) వల్ల అతనికి పూర్వ అనుభవాలు కలిగించిన జ్ఞానం (స్మృతి) కూడా పోతుంది. దానితో ఏదిచేయకూడదో, ఏది చేయవచ్చో అనే వివక్షణ కూడా కోల్పోవడంతో బుద్ధి నాశనం అవుతుంది. దానితో పూర్తిగా అధోగతిపాలు అవుతాడు.

ధ్యాయతో విషయాని పునః..... బుద్ధినిశాశ్చ ఫణశ్చైవ గీత: 2-62, 63

అజ్ఞానంతో నాది తక్కువ అయితే నేను తక్కువ అవుతాననే భయంతో ఉన్నదాన్ని వదలని గుణంతోనే లోభం కలుగుతుంది. ఈ అజ్ఞానంతోనే ఎదుటివాడి ఉన్నత స్థితిని సహించలేక తాను ఆ స్థితిలో లేనని బాధపడటాన్నే (అసూయ) మాత్సర్యం అంటారు.

అజ్ఞానంతో నలుగురు నా గురించి తక్కువగా అనుకుంటే నేను తక్కువ అవుతాను అనుకొని, దానిని భరించలేక నలుగురిలో గొప్ప అనిపించుకోవటం కోసం hidden inferiority ని కవర్ చేసుకుంటూ, ఏదో ఒకటి, రెండు చెయ్యాలి (ఉదా. అస్తి, అధికారం, డిగ్రీస్ etc) ఎక్కువగా దివ్యానిని మాటి మాటికి దింబాన్ని ప్రదర్శిస్తుంటాడు ఎదుటివారు తనను గొప్పగా గుర్తిస్తున్నారని భ్రమతో. వైసైన అసూయాన్ని అనుభవిస్తూ చివరికి అదే సత్యముని ఇరుక్కుపోయి దర్భంతో తీచిస్తుంటాడు.

దంతో దర్భో (అ)భిమానశ్చ క్రోధః పారుష్యమేవచ గీత: 16-4

8 SOURCE

Whatever you want to achieve in your life is possible only when you have the required capabilities

What is the real source and space for all these capabilities?

ఏదైనా సాధించినవాడు గొప్పవాడు అవుతాడా? గొప్పవాడు కాబట్టి గొప్ప పనిని సాధించగలుగుతాడా? నేను చేయగలను అనే confidence తో start చేయాలా? మన confidence మన result మీద ఆధారపడాలా?



Wise person thinks from left to right
Ignorant person thinks from right to left

సహజంగా గొప్పతనం ఉన్నవాడే కదా గొప్ప పనులు చేసేది. ఆ గొప్పతనం ఎక్కడ నుండి ఎప్పుడు రావాలి? ఇక్కడే, ఇక్కడే, అంటే నీలోనుంచే రావాలి కదా! ఉన్నదాన్ని తెలుసుకున్నట్లు ద్రికోనే కదా!

అజ్ఞానంతో అందరూ degree ఉంటే, మేడ ఉంటే, officer post ఉంటే, నేను గొప్ప అని, అం లేకపోతే నేను తక్కువనీ, బలహీనతతో బ్రతుకునీడుకుంటూ పోతారు. సహజమైన మార్గాన్ని వదిలి ఎదురీతతో struggle అవుతూ వుంటారు. నాకు English వస్తే అమెరికా వెళ్ళగలను, money ఉంటే ఇల్లు కట్టుకోగలను, పదవి ఉంటే శక్తివంతంగా ఉండగలను అనుకొని, భాషాజ్ఞానం, money పదవులు లేవు కదా! నేనేమి చేయగలను! అనుకునేవాడు శక్తిహీనుడిగా జీవిస్తాడు.

భాషలు రాకపోయినా, నైపుణ్యం లేకపోయినా, డబ్బులు లేకపోయినా, పదవులేకపోయినా, "నాకు చేయాలి" అని ఉంది కనుక ఎలాగైనా చేస్తాను, అని నిరంతరం ప్రా చేసేవాడు ఏదైనా, ఎన్నైనా చేయగలడు కదా! ఏ టాలెంట్ అయినా skills అయినా అనుమానాలు, భయాలు, వర్తిడిలు వక్కన పెట్టి, శ్రద్ధతో, పట్టుదంతో, సహారాత్మక దృక్పథంతో, నిరంతర సాధన (continuous practice) చేసేవాడికి సుసాధ్యమే కదా!

ఉదా: Singing, Public Speaking, Mountaineering, Science, Engineering, Medicine, Politics, Painting, Research, Agriculture, Dance, Any Arts, Writing Skills, Unlimited Areas, etc... etc...



9. Creating Impressions (Identities) About Your Own Self (Which creates your external destiny?)

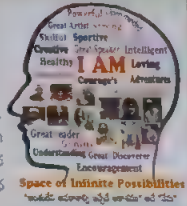
కొంతమంది వాళ్ళు అనుకున్నది ఇరగపప్పుడు వివరించడం బాధతో వారి గురించి వారే ఒక బలమైన ముద్ర వేసుకోవటం ఇరుగుతుంది.

ఉదా: అటలో ఓటమి పాలైనప్పుడు I am incapable అని, మార్పులు తక్కువ వచ్చి subject తప్పినప్పుడు I am a failure అని. స్నేహితులను నమ్మి వుత్తరాలు ఇస్తే, వారు తిరిగి ఇవ్వనప్పుడు I am a fool అని. తల్లిదండ్రులను టూల్ కి వెళ్ళాటానికి ఒప్పించ లేనప్పుడు I am waste అని, తెలియక స్నేహితునికి బాధ కలిగించినప్పుడు I am an idiot అని, ఇలా ఎన్నోన్న రకాలుగా వారిగురించి వారే ముద్రలు వేసుకోవటం జరుగుతుంది. కాలక్రమంలో నాకు నేనే ఇలాంటి ముద్రలు వున్నాయనుకున్నానని మరచిపోవటం జరుగుతుంది. కానీ Subconscious లో ఏర్పడిన ఈ ముద్రలు (impressions) వ్యక్తికి తెలియకుండానే అతన్ని కృంగిస్తాయి. ఎన్ని ప్రయత్నాలు చేసినా నేను failure అనుకున్నవాడు. ఫెయిల్ అవుతూనే ఉంటాడు. నా జ్ఞాపకశక్తి తక్కువ అనుకున్నవాడు ఎంతకష్టపడి చదివినా కూడా గుర్తుండదు. ఇలాంటి ముద్రలు వేసుకున్న వ్యక్తి అది ఉంటేనే గొప్ప అని, ఇది ఉంటేనే గొప్ప అని అనుకుంటూ ఎంతకష్టపడినా, ఎక్కువకున్న కష్టపడుతూ ఫెయిలువుతూ Depression కి లోనైయ్యే అవకాశమెక్కువగా ఉంటుంది.

బంగారపు నైస్ ని 1000 పార్సు బురదలో ముంచి వా ఆది మట్టి చైన్స్ మారుతుందా? కేవలం పెండ్లిగా నైనా మారుతుందా? మూలమూలం కదా! బురదను కడిగితే బంగారంగానే ఉంటుంది కదా! అలానే నీప్రయత్నం వందసార్లు ఫెయిల్ అవుతున్నా result రాకపోయినా, నీవు failure అవుతావా! నీవు వంద సార్లపాట్లు చేసినా, నీవు idiot అవుతావా! కానీకావు కదా! ఏవీకంటే ఇది గుర్తించిన వాడు Negative Impressions అన్నీ, తను అజ్ఞానంతో కల్పించుకున్నవే (తన క్రియేషన్) అని తెలుసుకొని, పాత impressions ని తొలగించుకుంటూ తను కోరుకునే I am capable, I am successful, I am intelligent, అనే positive impressions create చేసుకుంటాడు. ఈ positive impressions తో strong declaration తో క్షుణ్ణి చేస్తూ దేనినైనా సులభంగా సాధించగలుగుతాడు.

You are the source of all creations, positive or Negative.
You are the creator of your own destiny.

You Are "That", What You Truly Believe "That You Are"
యధార్థంగా నీ గురించి నీవు వినుచి వమ్ములావో అదే నీవు అవుతావు. (Personality)



[illegible]

Sukhdev Bhagat Singh Raigarh



$\frac{d}{dt} \left(\frac{\partial L}{\partial \dot{x}} \right) = \frac{\partial L}{\partial x}$



Babu Surat Singh Khalsa has been fasting since 250 days for release of prisoners

అకల దిన్నా వాడెదలగుడుదా, పొడవెదోతేమద
 యముల కిగుడుదా మనసు ను నిర్దేశించగల బుద్ధి
 వేలల ముడికి ముక్తమై ఈ సృష్టి ప్రసాదించలేక
 బుద్ధిని దిద్దికొనుటకు చేసుకున్నవారే ధీరులుగా, వివేకం
 కలవారు అబద్ధమైన, నామధరలే హీనలగా, సమా-
 దిలేనివారై పనిచేస్తూ, దేనిని లెక్కచేయకుం-
 దేశకులయ్యా చేమిప్పుడొరుల మరణమే లేని జీవితో
 అనుభవమిస్తున్నది.

పిన్న రు: అవకాశాన్ని సునం ఉపయోగించుకుంటున్నాను.
 ఎందుకా? అవును: రష్య యేన అత్యంత అత్యున్నా బితు: ...గీడు: 6-6
 తర్రాఫి: ... తర్రాఫి: అప్పు: ...
 ఎందుకా? అప్పు: ...
 అప్పు: ...



Tiger Lion without hunger does not kill



జ్ఞానంలో మనస్సులో వాసనలు (Impressions) పెంకుకునే విధంగా ఏమి చేసా దానిని గ్రహించు. జ్ఞానంలో మనస్సులో వాసనలు బలపడవడటట్లు, పలుకుబడటట్లు ఏది చేసా దో తీరిందిరా. అజ్ఞానంలో కృత్రికత, ఫలితాన్ని ఆశస్తూ, బంధంతో ఏమి చేసా అది ప్రస్తుతి అవుతుంది. (He struggles to grow by grabbing) జ్ఞానంలో, కృత్రికత ఫలితం మీద నడుచుకుంటూ వెళ్తుంటే, సుఖముగా ఉండదు. సుఖమును కోరుకుంటున్నప్పుడు, సుఖం కోరకుండా ఉన్నప్పుడు అవుతుంది. (He grows by giving) ఏ పని చేసా బంధం లేకుండా చేయడమే కర్మయోగము.

మనం శరీరంతో ఏ పని చేసినా దానిని క్రియ అని అంటారు. శరీరంతో ఆ పని చేస్తున్నప్పుడు మనస్సులో కలిగే అనుభూతిని కర్మ అంటారు.

ఇష్టమైన స్నేహితుడితో కలిసి చిన్నపటి వినోదాలు మాట్లాడుకుంటూ ఆ కిక్కిరింపుతో ఆ
సమయం తెలియలేదు. నడిచాము అనే స్థలమే లేదు ఎక్కడ నడచామో అదే కిక్కిరింపు వా.
నడవటానికి సంబంధించిన కర్మ ఏ మాత్రము లేదు

200 గజముల దూరంలో ఉన్న షాన్స్ కి వెళ్ళే oil-can తీసుకువచ్చున తల్లి వెంటి ఉ తప్పదు కదా అని విసుక్కుంటూ వెళ్ళాడు షాన్స్ దగ్గర 20 in. water సేవ్ అతనికి 2 గలబలగా అనిపించి బోర్ కొట్టింది. ఇప్పుడు అతనిలో నడవటం మీద చిరాకు, దుశాణదాదూరీ మీద కోపం పెరిగాయి. కోపం, చిరాకు అనే కర్మ అతనికి మునుపటి జరిగింది

ఇప్పుడు కూర్చో అమ్మ భోజనం వచ్చిస్తే దీనిలో భోక్తృత్వమూ, వామ భోజన సేవకూ సహనం కూడా ఉంటే కాక, ఏ కూర తిన్నానో అనే స్పష్టత కూడా లేదు. భోజనం చేయాలి, ఇది క్రియ వరగినది. భోజనం తాలూకు కర్మ మాత్రం జరుగలేదు. క్రితం మీద ఇప్పుడు పెరుగులు అనికకం జరుగుతుంది.

సాధనము - నిష్కర్మ = ఎదుగుట = మనస్సులో ఏర్పడి ఉన్న యుష్టాలు, అయిష్టాలతో ఉన్న భావాలను తగ్గించే కర్మ. (ఇదే నిజమైన అధిష్టకము)

రాగద్వైపవిముక్తైస్తు విషయాన్ ఇంద్రియైశ్చరన్ గీత-2-64

గుణకర్మ = ప్రవృత్తి = జారుట : మనస్సులోని గుణాలను యిష్టా, అయిష్టాలను పెంచే కర్మ.

ధ్యాయతో విష. నీ పుంసః -- । గీత:2-62, 63

క్రియ + జ్ఞానం = విమృత్తి = బంధం లేకుండా చేయటం = కర్మయోగం
క్రియ + అజ్ఞానం = ప్రవృత్తి = బంధంలో చేయటం = కర్మబంధం

11. కష్టంగా భారంగా పని - ఆటలాగా స్వేచ్ఛ తో పని

(కర్మబంధం - కర్మయోగము)

ఏదైనా తెలివితో, జాగ్రత్తగా పూర్తిగా నిమగ్నమై చేయటమే నిజమైన జ్ఞాని లక్షణం. జ్ఞానంతో చేసే కర్మ “మోగము” అవుతుంది. అజ్ఞానంతో చేసే కర్మ “బంధం” అవుతుంది.

“నేను” శాశ్వతమైన పరిపూర్ణమైన వైకస్థం అని గుర్తించిన యిద్రిత్తో, భృత్తితో, ఫలిత్వాన అశించకుండా, ఫలితంపేద అధారపడకుండా, బంధం లేకుండా, చిత్తం (వాసనలు) పూర్వకంగానుభూతి శ్రేణిపించిన పనిని లోకహితం కోసము సేవగా చేయటమే కర్మ యోగము. అఖరికి దీక్షార్థం, శరీరహోమం, జ్ఞానసముపార్జన కూడా లోకహితంకోసం తప్పనిసరియైన అవసరాలే అని గుర్తించి, నీ ఆలోచనల్ని జ్ఞానాన్ని ధనాన్ని ఎంత పెంచుకుంటే అంత సేవ చేయగలవు. జీవితమంతా ఉత్సాహంగా, శక్తివంతంగా ఉంటుంది.

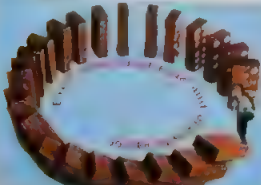
ఏ మాత్రం కోరుకోని, ప్రయోజనం లేని బాధల్ని, భయాల్ని, అసంతృప్తిని ఎన్నో రకాలుగా మనం అనుభవిస్తున్నాం కదా! ఏరకంగా ఆలోచిస్తే బాధ, భయం లేకుండా స్వేచ్ఛని, శక్తిని అనుభవిస్తామో, కర్మ ఎలా యోగంగా మారుతుందో, వివేకంతో ఆలోచించి చూద్దాము.

సత్సం శోచితుమర్హ... న వికంపితుమర్హ గీత: 2-25 మండి 31

ఈ క్షణము యొక్క అనివార్యతను గుర్తించడం, సత్యాన్ని సత్యంగా గుర్తించడం.

(AIM: Acceptance of the Inevitability of the Moment)

మేముకున్న చొక్కా పై మరక ఉంటే, గమనించిన క్షణంలోనే ఆ చొక్కాను మార్చడం సాధ్యమా? మరుక్షణంలో (తరువాత) మార్చడం సాధ్యమవుతుంది కదా! ఈ క్షణంలో ఉన్నదానిని ఈ క్షణంలోనే మార్చటం అనేది ప్రపంచంలోని 700 కోట్ల మందికి గాని మరి ఏ ఇతర శక్తికి గాని సాధ్యం కాదు కదా! మరుక్షణంలో దానిని మార్చే అవకాశం సంపూర్ణంగా ఉంది కదా!



As you sow, so shall you reap

అలాంటివి... కేవలం దాని మీదే, భక్తులలోని ఏదైనా స్థలం కలిగిందే అరిగిపోయింది, ఎవరైనా తప్పులు చేశారు, అది సమస్యగా మిగిలిపోయింది. వ్యాపారంలో స్వల్ప సర్వస్వం కదా పెరడకపోయింది? నాతో ఇలా ఎందుకు జరుగుతుంది? నన్నే ఇలా ఎందుకు అంటున్నాడు? అని అనుకుంటూ ఉంటే, గోరంత సమస్య కొండంత అయి బాధిస్తుంది తప్ప పరిష్కారం చూపించే ఆలోచన రాదు కదా! ఈ రకమైన ఆలోచనలు తెలివున్న ఆలోచనలు కావు.

మౌన జ్ఞానా వివేకము గీత: 9-12

సిలబస్ అవుతుందో లేదో, చనిపోయి గుర్తుంటుందో లేదో, ఏమోతుందో? ఏం జరుగుతుందో, నేనేమైపోతానో, ఏమనుకుంటాలో అని ఆలోచించే కొద్దీ భయం, వర్తికలు పెరుగుతాయే గాని ఆలోచనతో తెలివి పెరగదు. తాను ఏ చూపి సాము అనుకొని భయపడటం, ఏమింటే సాము కరిచివా కూడా ఏమోతుందో, ఏమైపోతానో అనుకొని భయం పెరిగి చనిపోవటం కూడా చాలా సార్లు జరుగుతుంది. సాములు కరిచి చనిపోయిన వాళ్ళలో 70% పైగా ఏమమలేని సాములు కరిచి చనిపోయినవారే.

కర్మక్షి వివ అధికార తే... మా కర్మ ఫలహేతుర్ము గీత: 2-47

AIM

Acceptance of
Inevitability of the
Moment.

Ok! What Next?

ACP- Acting Cent Percent

ACP

Acceptance allows
Choosing of
Possibility.

ఈ క్షణంలో బాహ్యంగా ఉన్నదాన్ని (జరిగినదాన్ని), ఇదే క్షణంలో నీ మనస్సులో ఉన్న కోరికను ఉన్నది ఉన్నట్లుగా చూడటంవల్ల (అంగీకరించటం వల్ల) (AIM) కోరుకున్నదాన్ని ఏర్పరచడానికి అవకాశం (Possibility) ఏర్పడుతుంది (ACP).

మార్పులు తక్కువగా వచ్చినప్పుడు, అంటే ఓడిపోయినప్పుడు, దేనిలోనైన ఎంపిక కావచ్చును, రోడ్డుమీద చిన్న ప్రహరం జరిగినప్పుడు, జరిగిన దానిని మార్చలేమని అంగీకరించినప్పుడు, సరే! అయిందేదో అయింది, జరిగిందేదో జరిగింది. What next? ఏం చెయ్యాలి, ఎవరిని అడగాలి అని ఆలోచించినప్పుడు, శతకోటి సమస్యలు ఎదురైనా అనంతకోటి పరిష్కారమార్గాలు దొరుకుతాయి కదా! ఏమి కావాలో దాని కోసం సృష్టమైన దృక్పథంతో పూర్తిగా నిమగ్నమై చేస్తున్నప్పుడు (ACP) మనిషిలో బాధగాని, వర్తిడిగాని (అంతాగి గాని) ఉండకపోవటమే గాక ఎన్ని సమస్యలైనా ఒకదాని తరువాత ఒకటి అతి తక్కువ సమయంలోనే పరిష్కరించగలడు. ఇలా కాక ఏ రెండు పనులు ఒకే సారిచెయ్యగలన్నా ఏ ఒక్కటి కూడా సరిగ్గ చేయలేము కదా!

ఉదా: కంగారుతో ఏదైన ఒక టికెట్ను సేవర్ కింద గాని చేస్తే ఇక్కడ ఉంచుతున్నాను అనే స్పృహలేకపోతే, తరువాత దాని గురించి ఏ పనుంది కదా! పెట్టినప్పుడే ఒక్కక్షణం గమనించి ఉంటే దానిని ఒక టిమింగ్ గలము.

13. నేర్పుకోవటం - జ్ఞాపకశక్తి - స్మృతి

జ్ఞాపకశక్తి, స్మృతి, జ్ఞాపకశక్తి పెంచుకోవడం ఎలా?

మునితనాన్ని (Oldage) ఎవరైనా కోరుకుంటారా? కోరుకోరు కదా! మనలో తనం ఎప్పుడు మొదలవుతుంది?

మహానీయులందరూ ఇలా అన్నారు "ఎప్పుడినుండైతే మనిషిలో కొత్తవిషయాలు నేర్పుకోవాలనే ఆసక్తి తగ్గటం మొదలవుతుందో అప్పుడే నుంచి ఆతను మునితనాన్ని అనుభవిస్తుంటాడు నవ్వేమా కాదా? చూద్దాం.



ఏ మనిషైనా ఎప్పుడైనా కొత్తవిషయాలు చూడకుండా, వినకుండా, ఆలోచించకుండా ఒక్క గంధినా ఉండగలదా? వుండలేదు. ఎవరైనా ఏ విషయమైనా మనసుపెట్టి చూసినప్పుడు కానీ, విన్నప్పుడు గానీ ఆ విషయాల గుర్తుంటాయి. వాటి గురించి ఇంకా ఎక్కువ తెలుసుకోవాలనే కోరిక కలుగుతుంది. దానికి సంబంధించిన విషయాలు ఎవరు, ఎప్పుడు మాట్లాడుతున్నా ఏకాగ్రతతో వినటము వల్ల Knowledge, Understanding capacity పెరుగుతాయి. వీలైతే ఆ విషయాల గురించి ఇష్టంగా చర్చించడం జరుగుతుంది. ఈ ప్రక్రియలో సమయం తెలియకుండా గడిచిపోతుంది.

అదే విధంగా ఒక స్టూడెంట్ క్లాస్ లో ఇష్టంగా వింటున్నప్పుడు గానీ, ఇంట్లో ఇష్టంగా చదువుతున్నప్పుడు గానీ, సమయం తెలియదు (అనందంగా ఉంటుంది). ఇలా ఉన్నప్పుడు వక్రవాళ్ళ వల్ల కూడా disturb కారు. ఇలా విన్నది, చదివినది బాగా గుర్తుండటం వల్ల Confidence పెరిగి నేర్పుకోవాలనే Interest ఇంకా పెరుగుతుంది ఇలా ఇష్టంగా ఎన్ని వందల, వేల, లక్షల విషయాలు నేర్చుకున్నా నీ Brain no vacancy అనదు. 12 world Guinness records సాధించిన జర్మనీసా గారు చెప్పిన ప్రకారం ఈ ప్రపంచంలో ఉన్న లక్షలాది వ్యవకాలలోని సమాచారం మొత్తం నీవు సేకరించినా, "నీ Memory space లో 20% కూడా నిండదు".

ఇలాంటప్పుడు ఇష్టంగా నేర్చుకుంటావుంటే (పుస్తకాల్లోనే కాక బయటకూడా) వద్దా వాళ్ళు, Degree లు, ఉద్యోగాలు, గౌరవాలు నీ వెంటపడతాయి. మీకో లాగా జీవితమంతా అనందంగా ఉంటుంది. దేవతానందుడు మనలో అనంతమైన శక్తి ఉందంటే దాని అర్థం అనంతమైన బద్ధిబలమనీ, అదే జ్ఞానంతోనే వస్తుందని (అహంకారం కాదనీ) తెలుసుకున్నాము

భౌతికవిద్య - ఆధ్యాత్మికవిద్య

History, Politics, Science, Engg, Medicine, Etc... రాండి ఎన్నో విషయాల గురించి తెలుసుకోండి. భౌతిక విద్య. పీటస్టించిన తెలుసుకునే వాళ్ళి గురించి తెలియజేసేది ఒకానొకరి పేరిట

Polyglot Tim Doner :

Tim doner is a 17 year old hyper Polyglot who speaks 20 languages



బుడ్డిగాడి పయస్సు 3 సం||లు. వాడి ఎదురింట్లో తమోరీ అంది, ఒక ప్రక్క హిందీ అంది, వేరే ప్రక్క ఇంగ్లీష్ అంది. ఎర్రగా, బుర్రగా ఉన్న వీటిని వుట్టినప్పుడి నుంచి వాళ్ళ ఇళ్ళకు తీసుకువెళుతూ, అడిస్తావుండేవారు. వీడు వప్పుడు తెలుగు ఒక్కటే మాట్లాడతాడా లేక మిగిలిన మూడు భాషలు కూడా మాట్లాడతాడా? మూడు భాషల వదాలు కూడా చాలా వరకు మాట్లాడుతాడు.

పిల్లలకి "నువ్వు చదువుకోరా, చదువుకుంటేనే గొప్పవాడివి అవుతావు" అనే మాటలు అర్థమయ్యేలోపే ఎన్నెన్నో తెలుసుకుంటాడు ఇవన్నీ నేర్చు కన్నది నేర్చు కోవటం సహజం అట్టే కదా! నేర్పుకోవడం సహజమైన అనందమైన ప్రక్రియ అయినప్పుడు రోజు రోజుకి పిల్లల్లో నేర్పుకోవాలనే Interest ఎందుకు తగ్గిపోతుంది? ఒత్తిడి ఎందుకు పెరుగుతుంది?

మనుషులకి కాకుండా జంతువులకి, ఆఖరికి క్రిమీకీకాలకి కూడా ఆలోచన తీసుకోవడం సహజం, ఆత్మంత అవసరం అయినప్పుడికి, ముఖ్యంగా సిటీలో పిల్లలు అన్నం సరిగ్గా తినటం లేదని complaint దాఖల్ప దగ్గరకు ఎక్కువ వస్తున్నాయి. ఎందుకీరా జరుగుతుంది?

పాలు వట్టిస కొంతసేపటికి, తోచక బోర్ కొట్టి పిల్లవాడు ఏడిస్తే, తెలియని అమాయకపు తల్లి పల్ల పాలు ఒడితే అది జీర్ణం కాక అరిగక మళ్ళీ ఏడుస్తే మరల అల్ల పాలు పోసి చదువులోకి పిల్లవాడికి పాలమీద పూర్తిగా విముఖత కలుగుతుంది ఇలాంటి సమస్యలు వ్యక్తిగతకే పెరుగుతుంది.

అదే విధంగా చదువు చదువు అని అటు బీదర్స్, ఇటు తల్లి దండ్రులు మాటిమాటికి చెప్పేసరికి చదువు అనే మాట మీదనే విరక్తి కలిగి, చివరికి interest పోయి, కేవలం మార్కులు కొనేమే తప్పనిసరి అని చదవటం వల్ల ఒత్తిడి పెరుగుతుంది.

Interest పోయి కేవలం మార్కులు, డిగ్రీలు, ఉద్యోగాలు, అదాదా ప్రతికూపంకొనేమే చదువుతున్నప్పుడు, నిలబడి అవుతుందోలేదో, ఇంకా వాడొచ్చిగా చదివితే ఏమి జాగ్రత్త అనేమి చదివెంది వస్తుందో, రాదో అనే ఆలోచనలలో పయము ఎత్తిడి... (ఏకాగ్రత, అనందం లేకుండా) తేలికగా మర్చిపోవటం వల్ల ఉన్న... తగ్గి చదువు ఇంకా భారంగా అనిపించి చివరకు depression కు లోనవటం జరుగుతుంది. దీని ప్రాంతత, ఏకాగ్రత, జ్ఞాపకశక్తి, స్మృతి, జ్ఞాపకశక్తి తగ్గి అసంశ్లిష్ట... జరుగుతుంది.

కాస్తా లక్షలమంది వైద్యులు కలిసినా ఏ ఒక్కరిని కూడా 150 సం|| బ్రతికించలేరు కదా! అంటే తీరిక పోవటం క్షారంలే అయిపోవడం అంతా ఏకమే అని చెప్పాలి. అందుకే ఆరోగ్యవైద్యులు పోగొట్టుకుంటారు గదా!

శరీరాన్ని temporary వాహనంగా వాడుకుంటూ, అదిపోయేలోపు ఎక్కువమందికి ఉపయోగపడేలా పాపంతో నేర్చుకుంటున్నామని ఆనందించాలి. గొప్ప శక్తిని అనుభవిస్తూ, అప్పుడు అనంతమైన జ్ఞానశక్తి, సృజనాత్మకత అతని వెంటపడతాయి.

దీనితో మనకు నేర్చుకోవటం సహజమనీ, నేర్చుకునేశక్తి ఆనంతంగా ఉందనీ, నేర్చుకుంటూవుంటే నేర్చుకునే శక్తి పెరగటమేకాక, జీవితం అనందంగా గడిచిపోతుందని, ఖాళీగా ఉంటే సరకమనీ, స్వస్థం అవుతుంది కదా!

మనకు ఆహారాన్ని తినే ఆకలి ఎక్కువా? జ్ఞానాన్ని తినే (స్వీకరించే) ఆకలి ఎక్కువా?

అవంతమైనశక్తి ఆహారం వల్ల వచ్చేది కాదు కదా! జ్ఞానం వల్లనే వస్తుంది కదా!

ఓం సహ నావతమః| సహ భా యత్యః| సహ విర్యం కరవావహైః||



మాములుగా భోజనాలప్పుడు ఈ భోక్తాన్ని చదువుతూ ఉంటారు, ఈ భోక్తం యొక్క ఆర్థం కలిసివుండాలి, కలిసి తిండాలి, కలిసి శక్తి ని పెంచుకుందామని కదా! ఆహారం వల్లనే శక్తి వస్తుంది అనుకుంటే, ఒక్కసారి సరిగ్గా తింటే 3గం వరకు మౌనంగా ఉంటే కదా! అలా అని ఎక్కువ తింటే ఆయాసం వస్తుంది కానీ శక్తి రాదు కదా! అయినా ఆహారం వల్లే శక్తి అని ఎక్కువైతూ తింటుంటే రోగము, రోగమొస్తేతే చావు వస్తుంది కాని శక్తి రాదు కదా! తినటానికి కలిసి ఉండటం కాని, భోక్తాన్ని చదవటం కాక ఆహారం లేదు కదా! మరి జ్ఞానాన్ని స్వీకరించటానికి మనలో అనంతమైన Memory

space ఉంది. కావున కలిసి సహజమైన, అనంతమైన జ్ఞానశక్తితో రోకమాతంకోసం ఎక్కువైతూ నేర్చుకుంటుంటే జీవితమంతా ఆనందం గా శక్తివంతంగా ఉంటుంది కదా! జ్ఞానాన్నితే కలిసి ఉండాలింటే కదా. మంచి పుస్తకం దగ్గర ఉన్నా మనస్యాలతో కలిసి ఉన్నట్లే కదా.



14. Now Here NATURAL HERO Life Like A Journey on a

or

SPEL-G

V

II

For a Sportive Person (SP) Entire Life is a Game, A Game of Learning & Learning for Giving. జ్ఞానంతో తృప్తిని, (నిండుతనాన్ని) అనుభవిస్తున్నామని జీవితమంతా సహజమైన నేర్చుకోవటం, నలుగురికి ఉపయోగపడటమే ఆటగా, Natural Hero గా జీవిస్తాడు. అతని జీవితమంతా శక్తివంతంగా National Highway పై journey లాగా గడిచిపోతుంది.



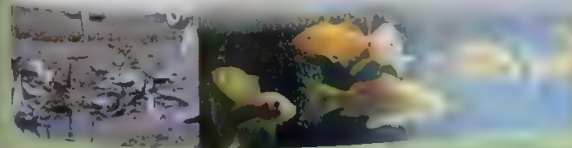
Ex: నీళ్ళల్లోని చేప కదిలినా కదలకపోయినా ప్రళాంతంగా, హాయిగానే ఉన్నట్లు, నేర్చుకుంటూ, నేర్చుకున్నదాన్ని నలుగురికి ఉపయోగపడే వాడు శక్తిని అనందాన్ని అనుభవిస్తుంటాడు. అజ్ఞానంతో ఖాళీగా ఉండి ఏమోతుందో, ఎలా బ్రతకాలో అని తనగురించే ఆలోచించేవాడు, నీటిలో నుండి బయటపడి చచ్చేంత వరకూ చావునే అనుభవిస్తున్న చేపలాగా మరణించేవరకు అనంతమైన, భయంతో మరణాన్నే అనుభవిస్తూ ఉంటాడు. మరి నీవు ఎప్పుడీ నుండి Hero గా జీవించాలను కుంటున్నావు? Now Here or No Where. నీ సహజశక్తిమైన Hero గా జీవించాలను కుంటున్నావా? Zero అను Hero గా చేసి, మువ్వ Zero (foos) గా ఉండాలనుకుంటున్నావా? Choice ఎవరిది? నీదే కదా!.

సహజమైన నేర్చుకోవటంలోని అనందాన్ని, నలుగురికి ఉపయోగపడటంలోని శక్తిని (తృప్తిని) అనుభవిస్తూ ఉత్సాహంగా, ఉత్సాహంగా జీవించే వాడే NATURAL HERO

Choice is always yours. Be Aware! గుర్తించి సవరించు
A life of creative contribution or struggle for survival

Fish out of water

Fish out of water



15. హింసకు మూలం

నీ ఆత్మీయులు కానీ, స్నేహితులు, ముఖ్యంగా తల్లిదండ్రులు ఎవరైనా ప్రశాంతంగా, తృప్తిగా ఉన్నారో ఆనందంగా ఉన్నప్పుడు, వారి మదిలో వ్యధ, దేవత ద్వారా, నీకు గానం, చేరవారికి కానీ, నీ విధంగానైనా, బాధనుకలిగించే ప్రయత్నం చేస్తారా? చేయరు కదా!

అజ్ఞానంతో ఇలా ఎందుకు అయింది అనే బాధను, ఏమోతుందో అనే భయాన్ని నా తమ్ముడి చేతు తక్కువగా ఉన్నప్పుడు తన తరచుగా (వాదకి) చేయడం ద్వారా మనస్థిర వారిపై కోపంతో వారికి బాధని, నష్టాన్ని కల్గించే ప్రయత్నం చేస్తారు. బ్రతకలేమనే భయంతో మనుషులు ఎన్నో అవినీతి పనులు చేస్తారు. భయంతోనే, మూగజీవులైన పాములను చంపుతున్నాడు అంటే ఎన్నో అజ్ఞానంతో ఉన్నవాడనిగా కల్పించుకునే బాధే (హింస) సమాజంలో బాహ్యంగా హింసలన్నింటికి మూలం

(Physical) COMFORT Vs
(Momentary) HAPPINESS Vs
(Everlasting) SATISFACTION



హింస అంటే ఏమిటి? శారీరక హింస హింస అవుతుందా?
మానసికమైన హింస కూడా హింస అవుతుందా?

ఈ సృష్టిలో ఏ బాహ్యమైన సంఘటనలు గానీ, మనుష్యులుగానీ లేక శరీరాధ్యక్ష స్థితిగానీ అందరిలో ఒకేరకమైన బాధను కలుగజేస్తున్నాయా?

ఉదా: ఒక సంఘటనతో చాలా మంది బాధనడుతున్నప్పుడు కూడా కొందరు (అదే సంఘటనతో), శాంతంగా ఉండేవారు, సంతోషపడేవారు కూడా ఉంటారు కదా!

ఉదా: తండ్రి చనిపోయినా శాంతంగా ఉండే కొడుకు, విపరీతంగా బాధపడే కొడుకు.

ఉదా: చీకహింసలతో, కొట్టిన తరువాత దాడిని కానీ స్నేహులు "కోట్లుకొట్టిన వాళ్ళి" అని చేయలేకపోతే, స్వామి ప్రతిపక్షం కోసం ఉన్న అర్థి కొట్టిన వాడిని ఇట్లు కొట్టాన" అని వాదించినా దొంగవాడు తన చేతులు కొడతాడనుకుంటే చిట్టచివ్వులతో ఎదిరేకాదని సంతోషపడతాడు

ఉదా: శారీరక హింస హింస అయితే ఈ ప్రపంచంలో ఎవరైనా adventures కి వెళ్తారా? ఉదా: శారీరక సుఖమే ఆనందం అనుకుంటే, డెలివరీలో ఉన్న బాధను పడదానికి ఏ స్త్రీ అయినా సిగ్గు అవుతుందా?

ఉదా: అందరు విహారయాత్రకు వెళ్ళి కొండ ఎత్తలం తృప్తిమయి ఎక్కడోనా కూర్చున్న నలుగురి మనసులో తెలియని బాధ ఉంటుంది కదా! కొండపైకి వచ్చిన వాళ్ళకు దెబ్బలు తగిలినా అనందంగా, ఉత్సాహంగా ఉంటారు.

క్షేవలం శారీరక సుఖమే ముఖ్యమనుకునే వారు అనందాన్ని పొందలేరు. క్షణికమైన అనందమే ముఖ్యమనుకునేవారు ఎప్పుడూ ఉండే తృప్తిని పొందలేరు. ఈ ప్రపంచంలో ఉన్న దశమంతా కూడా శారీరక సుఖాన్నివ్వగలరు కానీ, అనందాన్నివ్వలేరు, ఎప్పుడూ ఉండే తృప్తిని అలాగే ఇవ్వలేరు. నీవు నిజంగా కోరుకుంటున్నదేమిటి? **Choice is yours!**

క్షణికమైన సుఖాన్ని, అనందాన్ని కలిపే అపర్యయం ఉన్నా చూడ. మిరుడిలా వేషం వేసుకొని ఏదోరకం వస్తున్న శత్రువులే! వీరిని వివేకంతో (బుద్ధి) గుర్తించి ఓర్పుతో దూరంగా తోసివేస్తప్పుడే ఎప్పుడూ ఉండే ఆనందం, తృప్తి నీ సొంతమౌతాయి. శాశ్వత ఆనందం పై అనురాగం వై క్షణిక అకర్షణలపై విరాగం (వివేకమైన వైరాగ్యము).

బంధురాత్మావృత్త్యం యోశ్చాత్మాత్మా జటం గీత:6-6
యత్రదగ్రే (అవ్యూహము వదిలిన విషయ గీత:18-38)

నా శరీరంలేకుండా నేను ఉంటావా? ఉండనా?

కలలో నేను కళ్ళులేకుండానే చూస్తున్నాను, చెవులు లేకుండానే వింటున్నాను. నాకు లేకుండానే రుచిని, ముక్కు లేకుండానే వాసనలను, చర్మం లేకుండానే స్పృశనా అనుభవం వస్తాయి కదా! చెతులు లేకుండానే రాస్తున్నాను. కాళ్ళు లేకుండానే నడచుతున్నాను. విద్య, వాదన అనందాన్ని అపమనాన్ని కూడా అనుభవిస్తున్నాను కదా! గుండె తాళం ఉన్నప్పుడే తలలు ప్రత్యేక వివేచనవ్వారో, ఏమీమీ ఉన్నాయో కూడా తెలియదు. మనస్సు లేనప్పుడు అంతా లేనప్పుడు" ఏమీ తెలియదు.

మరి నేను లేకుండా పోయినట్లూ? నేను లేకుండా పోతే నిన్నటి అనగలనా? కాబట్టి ఏమీ తెలయనప్పుడు కూడా నేను ఉన్నాను! ఎన్నో ఒక పరిమితి గాని వ్యధానాలు, అలంకరలు కానీ లేకుండా కేవల ప్రశాంతత మాత్రు, నాశనంలేని ఆధారమైన, అవ్యక్తమైన "నేను".

16. ప్రేమ(సఖ్యత)కు మూలం

ప్రేమ (Love) = సఖ్యత (Harmony)

Listening for Possibility of love and peace (LPLP)

ఇప్పటివరకు నీవు గుర్తించకపోయినా, నీకు అవ్వాయం చేసి బాధకలిగించే ప్రయత్నం చేసిన వారిని చూసి మనసులో ఏదో వెలిది, బాధ, భయం, ఒత్తిడి ఉన్నాయని నీవు గుర్తిస్తే, నీకు బాధ కలిగింది, వారిపై కోపం వచ్చింది జరుగుతుందా?

కానీ వారి వారి బాధను ఎలా తీసేయాలి అనే ఆలోచన కలుగుతుంది కదా! నీదానిమీదా ఎలాంటి ఒత్తిడిని చూడండి. ఈ రకంగా గ్రహిస్తే బాధతో కోపం అనే విషాన్ని అనుభవించకుండా బాధ, బాధ్యత కలిగి అమృతంలాంటి ప్రేమ అనుభవిస్తావు కదా! ఈ రకంగా గ్రహించడం తల్లి నీవు ఉద్ధరించుకోవటం జరుగుతుంది. వారితో సఖ్యత కూడా పెరుగుతుంది.

అనుభవించే ముహూర్తము,

అవసరము గాదు నేలను విడిచిపెండ్.

అనుభవించే ముహూర్తము

వెనుకకు వెళ్ళేందుకు వచ్చేరు సుమతీ!

అలాంటి ముహూర్తం ఏదైనా ఉంటే ఇంటికి రాగానే బాధ అతనికి కాఫీ ఇవ్వబడుతుంది, రెండు వారాలు అలాంటి ముహూర్తం ఉంటే అతని కోపం వచ్చి ఆమెను అనరాని మాటలతో అణచి వేస్తాడు. అలాంటి ముహూర్తం బాధతో ఆత్మపాత్ర చేసుకోవటానికి వెంటాడిపోవడం.

అలాంటి ముహూర్తం ఉంటే అతని నమయం గడవటం వల్ల అనేక విషయాలు జరుగుతాయి. అలాంటి ముహూర్తం ఉంటే అతని నర్మకుంటున్నప్పుడు తన ముందుకు వెళ్ళే దానిని గాలిలో కలిగిపోతే ఒక్కసారిగా ఆమెకు పాతనంపుట గుర్తుకువచ్చి

... పగలగొట్టినా, నాభ్యంతరం లేకుండా నన్ను ఏమీ కదా! మరి ఇప్పుటి ప్రవర్తనకు కారణం ఏమై ఉంటుంది. ... గాని, భరించలేని అవమానం గాని కలిగి బాగా upset అయి ఉండటంతో ... ఉంటాడు".

ఈ రకంగా గ్రహించగానే అమెలో ఉన్న బాధపోయి, ప్రేమ ఏర్పడి, ఏమైందని అడిగి తెలుసుకొని, భర్తని ఓదార్చే ప్రయత్నం చేస్తుంది కానీ "మన్నిస్తా ఎందుకన్నావు" అని నిలదీయడం ద్వారా దీనిలో స్వల్పంగా మార్పు వస్తుంది. ఈ మార్పు వచ్చినప్పుడు భర్తని చూసి అతని ముందుగా ఉన్నట్లుగా ఉన్నట్లుగా ఉంటుంది. Love and Peace (LPLP)

ప్రతి ఉద్ధరించే కన్నా ఇంకా అన్నం తినిపెట్టుంది.

కానీ అలాంటి పని పట్టాలికి కొత్త ధ్యాయంగా వండి తినిపెట్టుంది. ఈ పనిని తన మనస్సు తెలుసు.



నీవు ఇన్ని రోజులు నీ భర్తదండ్రులను (అత్తలతో అత్తీయంను) పెరకంగా నీవే అడిగినది వాళ్ళు ఇవ్వకుండా చిరాకుపడ్డప్పుడు నీకు బాధకలిగి, కోపం వచ్చింది.

మార్పులు తక్కువ వచ్చినవనో, చెప్పిన వనిచేయలేదు. చిరాకుపడ్డప్పుడు నీ కోపుడినప్పుడు కూడా నీకు బాధకలిగి తల్లి కదా! నువ్వు అడిగింది తల్లిదండ్రులు ఇవ్వనప్పుడు, కోపుడినప్పుడు, తిట్టినప్పుడు వారి మనసులోని బాధను, బాధ కలిగేదా, బాధ్యత కలిగేదా? చిరాకు కోపాన్ని అతని తల్లిని, సఖ్యతను అనుభవించేవాడినే కదా!

నీకు 2 సం॥ వయస్సు వచ్చేంత వరకు అన్నం కలిపి పెట్టటం, స్నానం చేయించటం బట్టలు పేయటం, కాలక్షృష్ణంను శుభ్రంచేయటం, ఒంట్లో బాగా లేకపోతే రాతంలా బాగరూ చేయటం, అర్చనాక్షేపా హస్తాంతరీకి వరుగుతటం లాంటి ఎన్నో విధాలుగా కండికి రెప్పులా చూసుకున్నాడు కదా!

[illegible]

ఈ దానం నీవు ఎవరినైనా సజనంగా చేసిస్తే, వాళ్ళనుండి ఏమైనా అతిస్థానా? వాళ్ళను ఏ రుంగునైనా డిస్కం చేస్తావా? లేదు వారి కబ్బందులను గుర్తిస్తూ వీరివంతగా సహాయపడుతూ ఉంటావా? వాళ్ళనుండి ఏమీ అతింతుతుంటే ఉపయోగపడుతూ వుంటే నీవు సేవేమీ కాక అతియరుతు కూడా పొందుతావు.

నేను పూర్వము అని గుర్తించినవాడు ఎదుటి వారి బాధను గుర్తించి, ప్రేమను చూపిస్తూ ఉంటాడు. వాడు ప్రేమించే వాడు ప్రేమించబడుతూ ఉంటాడు. అందుకే వాడు ప్రేమించు కోరికతో ఉంటాడు. అందుకే వాడు ప్రేమించబడుతూ ఉంటాడు.

Love+ Ignorance = Bondage, Weakness, Suffering, Seeking
Love+ Intelligence = Freedom, Strength, Happiness, Responsibility

1- విజయరాధన



నీ ముఖం పై విదనా ఉంటే దైత్యురగా చూడలేని నీవు అర్ధం యగ్రంకు వెళ్ళి నీ ముద్రాను కీర్తి సరవళంకుంటావు గాని అబద్ధాన్ని సరిచేయవు కదా? అలాగే అవంతరతే నీతో ఉన్నానా? క్షేపణలో క్షేపణానంతే ఉండద్దానా నీవు అర్ధం కావాలంటే నీవు నీలా అంటున్నావు.

క్షేపణానంతే దుష్టానంతే వీరతే క్షేత్రిక బాహ్యకారంగా నిర్మలంబులు. ఆ దీని వీరతో ఉండని నమ్మకంనుకు నీవైసరయువా వదిలివేయాలి? వీరో శవనానో వీరంబునా?



వినియోగము అంటే - వినియోగిస్తూ ఉన్నప్పుడు వినియోగము అంటే
వినియోగములను కాపాడుతూ ఉన్నప్పుడు వినియోగము అంటే
అనే వినియోగికి అంటే - ఉన్నప్పుడు వినియోగము అంటే
భృత్యులను వినియోగి మనమును నడిపిస్తూ ఉన్నప్పుడు అవకాశము
ఉన్నప్పుడు వినియోగము అంటే - ఉన్నప్పుడు వినియోగము అంటే
ముందుగా భృత్యులను వినియోగము అంటే - ఉన్నప్పుడు వినియోగము అంటే
ప్రతిక అయిన వినియోగము అంటే - ఉన్నప్పుడు వినియోగము అంటే



20. ఎవరైనా ఆత్మను హత్య చేయగలరా?

కానిదాలా మనం అనేక సార్లు ఆత్మను హత్య చేస్తున్నాడు కదా!
(అపాం అదిశ్చ మధ్యం చ భాతామామంత ఏవత గీత- 10-20
అంతవంత ఇమి దేహే నిత్యస్థితా శరీరణః గీత- 2,18)

ఆత్మకు మార్పుండదని, నాశనం కాదని, ఏతక్కి కూడా దానిని నాశనం చేయలేదని భగవద్గీతే కాకుండా ఎండకో మహానీయులు కూడా చెప్పియున్నారు గదా! మార్పు, పరిమితి లేని "నేను" అనే అంతఃస్ఫురణే ఆత్మ = పరమాత్మ అని కూడా భగవద్గీత చెప్పింది కదా!

పరమాత్మా అయం ఆత్మయః శరీరస్థి(అపి.. నకరోతి న లిప్యతే గీత:13-32

ఏది ఉన్నా లేకున్నా "నేను" మాత్రం మార్పులేకుండా ఉన్నాను అనే సత్యాన్ని మరిచి, అజ్ఞానంతో బాధ, భయం, వెలితిని సృష్టించుకొని సరకాన్ని సరకం పేరుతో మరణాన్ని అనుభవించడం వల్ల, అనలు "నేను" ని = ఆనందాన్ని = హృదయాన్ని ఆత్మ అనుభవించలేకపోతుంటున్నాం అంటే ఆనందాన్ని కంటే ఆత్మ = హృదయాన్ని ఇదే ఆత్మహత్య. ఆనందం మనం ముఖంతో వుంటే అన్ని సార్లు అనుభవమై, "అనందాన్ని" అంటే అనలు "నేను" ని అంటే "ఆత్మను" హత్య చేసుకున్నట్లే. ఇంతకన్నా మహాపాపం మరొకటి వుండదు కదా!

1. వీరికివాడు క్షణక్షణానికి చచ్చు వుంటాడు. (మానసికంగా)
2. ధైర్యం కలవాడు ఒక్కసారే చనిపోతాడు. (శారీరకంగా)
3. శాశ్వతమైన సంపూర్ణం "నేను" అనే జ్ఞానం కలిగినవాడు మరణమే లేని స్థితి, దానితో ఆత్మస్వ్యానత (Inferiority) కూడ లేని స్థితిని అనుభవిస్తూ జీవిస్తాడు.

చావు లేని చదువు అంటే?

చదివి చదివి చదివి, చదువులెన్నో చదివి, చచ్చి చచ్చి చచ్చి, చావంగనదియేం?
చావు లేని చదువు చదవగలవలయు, విశ్వదాధి రామ విమలవేమా.

చావులేని చదువు అనేది వుంటేకదా! చదవమంటారు? చావు లేని చదువు అంటే భయం, బాధతో సరకాన్ని, సరకలాంటి మరణాన్ని లేకుండా చేసుకునే చదువే గదా!

Ignorance + Heaven = Hell
Intelligence + Hell = Can be Heaven



21. కోరిక (Desire) vs ఆశించడం (Expectation)



ఎన్నింటిని కోరుకున్నా వాటి కోసం ఎదురు చూడకుండా, మనసు పాతేసుకోకుండా నిరంతరం బాధ కలుగుతుందా? కలగదు కదా! మనం ఏ చిన్నదాన్ని ఆశించి, దాని కొరకు ఎదురు చూస్తా. అది జరగకపోతే ఎలా అన్వేషిస్తా? బాధ కలుగుతుంది కదా!

రాగద్వేషమిత్యైవ విషయానిందిత్యుక్తం, అభ్యవత్సరిధేయాత్మా ప్రపంచమగ్రహ్యతి గీత:2-64

ఉదా: కుమారుడు వేరే సిటీలో చదువుతున్నప్పుడు తల్లిదండ్రులకు అబ్బాయి నెంకోకొస్తానైదా ఇంటికి వస్తే బాగుండుననే కోరిక ఉన్నా. ఆతని కోసం ప్రతిసారి ఎదురు చూడరు, బాధపడరు. కాని ఈ అదివారం వస్తున్నాడని ఆశించి ఎదురు చూసినప్పుడు, రాకపోతే బాగా బాధపడతారు కదా! దీనిని ఇట్టి ఆర్థం చేసుకోవలసినదేమి? కోరికలు కాదు, దుఃఖానికి కారణం. అజ్ఞానంతో ఆశించి ఎదురుచూడటం (Expectation), మనసు పారేసుకోవటమే.

ఏ వస్తువు గురించైనా, మనిషి గురించైనా ఎక్కువగా ఆలోచిస్తే బంధం (Attachment) ఏర్పడుతుంది. దీనితో ఆశించటం, ఎక్కువౌతుంది. ఆశించింది నెరవేరకపోతే బాధ కలుగుతుంది. బాధకు కారణమని అనుకున్న వారిమీద కోపం కలుగుతుంది. కోపంతో అంతకు ముందు మంచి అనుకున్నది కూడా చెడుగా కనిపిస్తుంది. దీనితో బుద్ధి పనిచేయక, చేయకూడని వేషలు కూడా చేసే పూర్తిగా నష్టపోతారు. ధ్యానంతో విషయాన్ విమల... బుద్ధినాశ్ ప్రతిష్ఠతి గీత:2-62, 63

ఉదా: ప్రేమించిన అమ్మాయి అవమానించినది బాధతో, కోపంతో అసిద్ధిపె్న. ప్రాణాలు తీసి, చివరకు తమ ప్రాణాలు పోగొట్టుకున్న వాళ్ళు కూడా ఉన్నారు కదా! ఏదైనా ఆశించింది నెరవేరలేక ఇష్టంతో రాగం పెంచుకుంది. కలగదు కదా! పెంచుకున్నంత సేపు మనలో ప్రశాంతత, నిలకడ ఉండదు. జయదీవారికి (వాటికి, బానిసైపోతాము. ప్రేమతో, బాధ్యతతో, జ్ఞానంతో, ఆశించకుండా, ఆధారపడకుండా తేలవం కోరికలతో ఏది చేసినా శ్రమ తెలియదు, వత్తిడి ఉండదు, బంధం ఉండదు.

Desires do not give suffering but expectation and pence brings sorrow.
Attachment kills wisdom, obstructs perform and causes more harm
Hope or no hope decreases your performance.

22. VISION (2010-2020)

... original Picture
... ok ! what next? ...
... ok ! what next? ...

ఉదా: ఒక ఇంజనీరు ద్వారా నిర్మాణ సంస్థలో పని చేస్తున్నాడు. ద్వారా నిర్మాణానికి 10 సం||
పడుతుంది. ఇంజనీరు తన నీవియర్స్ దగ్గరనుండి ద్వారానికి సంబంధించిన వివరాలు తెలుసుకున్నాడు. అప్పుడు అతని మనసులో ద్వారా పూర్తి ఆయన తర్వాత ఎంత పెద్ద రిజర్వాయర్ పడుతుంది, ఎన్ని ప్లెజురాలు పడు ఉంటాయి, ఎన్ని లక్షల ఎకరాల నీరు ఉంది సస్యశ్యామలం అవుతారో ఆ Vision (దృక్పథం) స్పష్టంగా ఏర్పడింది. ఇన్ని లక్షల మందికి ఉపమోగం చేసే ప్రాజెక్ట్ ని నిర్మించే అవకాశం లభించినందుకు అతను ఎంతో సంతోషించి, ఎన్ని అర్థమవుతున్నా వచ్చినా Ok! Whatnext? అని తెలిచిగా, తర్వాత సమస్యల్ని పరిష్కరించుకుంటూ పనిచేస్తున్నాడు. అతనికి శ్రమ తెలియటం లేదు, ఎంతపెద్ద సమస్యవచ్చినా తక్కుం అనిపించడం లేదు. 10 సం|| తరువాత ఏర్పడటోయే ద్వారా, రిజర్వాయర్, కాలువలు, మంచుపొలాలు, ఉత్పాదనంగా ఉన్న రైతులు, ఉత్పాదనంగా ఉన్న గ్రామ పిల్లలు పరిశోధించే ఎంపికలు ఉన్నట్లుగా ఆ ఇంజనీరు ఆనందిస్తున్నాడు. అతనికి కాలం తెలియకుండానే ఉదా: బాగా గడిచిపోతుంది.

Dashrath Manjhi - The Man who moved a mountain alone - Gehlaur, Bihar



పకాతాత్మక దృక్పథం:

శ్రావ్యక ధృక్పథం కలిగి ఎ పసి చేసేవా అది

ఇదా కనుక కొరకుంటున్న ఆపద్ ప్రసంగంలో "అందరూ ఆరోగ్యంతో, బలంగా ప్రేమాభిమానాలతో, సజ్జనంగా పుణ్యం చేశారు. రహదారులు, చెరువుకట్ట, పడవ మార్గాలు, ఉన్నాయి పుణ్యాల పై అనేక రకాల పక్షుల హల్లుకట్టుకొని, కిలకీలా రాగాలతో ఆపదను కట్టవలసిందిగా, ప్రజలందరూ బాధ్యులతో, చక్కటి భక్తిసంపద కలిగి పుణ్యం, వారి వారి సమలలో పుణ్యం నిమగ్నమై చేస్తున్నారు. కాలువలో ఉన్న పచ్చటి పొలాలు కనువిందు చేస్తున్నాయి. నదులపైనిర్మించబడిన అనక్కడ దగ్గర పెద్ద పెద్ద చెట్ల ఉన్నావనాలు సుందర్యకులను ఆకట్టుకుంటున్నాయి. విల్లందరు పెద్దలను గౌరవిస్తూ, వాళ్ళ అవసరాలను అడగకుండానే తీరుస్తున్నారు. కుటుంబాలలో అన్ని విషయాలను కలిసి చర్చించుకొని, ఏమని చేయాలింది వారు ఉత్సాహంతో చేస్తున్నారు. ఉదయం ఆనవాలు, ప్రాణాదునాన, ధ్యాసం సంతరించగా ఆనందస్థ ఉన్నారని" ఇంకా ఇంకా ఎన్నో ఎన్నో...



సకారాత్మక దృశ్యభవం:

ఓడా ఎవరు అవార్డింగ్గా లేరు..., వేదవారు లేరు
 సకారాత్మక దృక్పథం, అందరు అవార్డింగ్గా ఉన్నారు.
 సంపన్నులు ఉన్నారు - సకారాత్మక దృక్పథం
 సకారాత్మక దృక్పథం పెట్టుకుంటే
 మనస్సులో మనమేలేదే వ్యవస్థకుంటు
 న్నాదు దానినీ, చూస్తూవుండడం వల్ల
 అకారాతికి ఉండటమే కాకుండా వర్తన కున్నాడనే
 సీను ఏర్పరచేటట్లు నిన్ను నీ subconscious mind పె
 కాల్చి సకారాత్మక దృక్పథమే చేయవ్వరం.



ఉదా: 1. ద్వేషంలేదు - ప్రేమ ఉంది, 2. విశారంగా లేదు - అందంగా ఉంది.
3. బాధలేదు - అనందంగా ఉంది 4. Fail కాదు - Success అయ్యాడు.
5. చిరాకు లేదు - ప్రశాంతత ఉంది 6. గొడవలులేదు - నమ్మత ఉంది.

26. ఆనందం

నీవు జీవితంలో ఆనందం ఎప్పుడెప్పుడు అనుభవించావు? ఇలా అడిగినప్పుడు

నీకు ఎవ్వరూ చెప్పరు కదా! నీకు ఆనందాన్ని కల్పించిన ఆ సంఘటన గాని, వస్తువుగాని, ఆవృత్తిగాని తరువాత కూడా ఉన్నప్పటికీ, నీవు ఉదాహరించిన క్షణంలోలాంటి ఆనందం కంటే ఎన్నో ఉందా! లేదుగదా! మరి ఆనందం వస్తువులు, వ్యక్తులనుంచి వచ్చిందా? లేక నీ ఆలోచనల నుంచి వచ్చినట్లా? లేక ఆలోచన లేని స్థితే ఆనందమా?

నీ జీవితంలో ఎక్కువ ఆనందాన్ని అంటే “తన్మయత్వాన్ని” (Bliss) అనుభవించే క్షణములో నీమనస్సులో ఏమి ఉంటుంది? ఎవన్నప్పుడు, ఏ వ్యక్తి అంతటి “తన్మయత్వానికి” (Bliss) కారణమై కనీసం ఆ వస్తువు గాని, ఆ వ్యక్తిగాని ఆ క్షణము లో నీ మనస్సులో ఉన్నారా? ఉన్నారా? లేవు కదా! అంటే మనస్సులో ఏ ఆలోచన లేనప్పుడు, అంటే ఆనందం కోసం ఎలాంటి ఆరాటం లేనప్పుడు, నీవు తన్మయత్వాన్ని అనుభవిస్తున్నావు అంటే మనస్సులో నిరాకారమైన పరిమితి లేని చైతన్యం (సేను, వరమానందంగా వ్యక్తమౌతుంది అంటే అహంబ్రహ్మస్మి = ఆనందో బ్రహ్మ అనే వాక్యాలలో చెప్పినట్లుగా “నేను” ఆనందమైయున్నాను అనే నీ యొక్క స్వస్వభావం (కేవలం) “నేను” మాత్రమే వ్యక్తమౌతుంది

ఉదా: నీకు ఒక గొలుసు ఉంది. మాములుగా దానిగురించి ఏ బాధ లేదు, ఏ ఆనందం లేదు కదా! మరి ఆ గొలుసు పోయి నీరీయస్ గా వెతుకుతున్నంత సేపు నీ మనసులో బాధ, వర్తిలే ఉంటాయి. ఒకటి ఉన్నప్పుడు, రెండో ఒకటి ఉన్నప్పుడు గొలుసు కనబడితే, చూసి ఆ క్షణములో నీ మనస్సులో ఏ ఆలోచన ఉంది? ఆ క్షణములో నీ మనస్సు లో కేవలం “ఆనందం” ఉంది. కానీ ఎలాంటి ప్రయత్నం గాని, ఆలోచన గాని లేవు కదా!

No Thoughts= No Mind=Non Doing= Bliss=True Self

ఆలోచన లేని స్థితి=మనస్సులేని స్థితి (సేను) = నైశ్చల్యం=తన్మయత్వం=(కేవలం) స్వస్వరూపం=అది లేని సేను

ఇప్పుడైనా లభించినప్పుడు, లభించింది నీకు చాలా ఇష్టమైనప్పుడు, ఒక్క క్షణం తన్మయత్వం తర్వాత కొద్దిసేపు ఆనందం అనుభవించావు కదా! అంటే ఉన్నదానిని (మనస్సులో) గాని, బయటగాని) పూర్తిగా అంగీకరించినప్పుడు నీ మనస్సులో ఏ ఆరాటము, ఏ ఆలోచన కూడ లేదు కదా! అప్పుడే కదా నిజమైన ఆనందం! అంటే అంగీకరిస్తే ఆనందం, మరి అంగీకరించటానికి ఏం చేసాలో = అంగీకరించడమే = ఏమీ చేసేది లేదు.

That Is: Acceptance = "Happiness": What to do for Acceptance= Just Accept = "Nothing to Do"

27. Leader - Follower

Leader (with free will)

Follower (for something)

• అభివృద్ధి, బంధం లేకుండా చేస్తాడు.	• అజీస్తూ, బంధంతో చేస్తాడు.
• నా బాధ్యత అని Choice తో చేస్తాడు	• తప్పుడు కదా అని Decision తో చేస్తాడు
• నాకు చేయాలని ఉంది అని చాయ్స్ తో చేస్తాడు.	• దీని వల్ల, దాని వల్ల అని నిర్ణయంతో చేస్తాడు.
• Love or affinity తో చేస్తాడు.	• Survival పోరాటంతో చేస్తాడు
• ఎదుటి వారికి ఉపయోగపడాలనే దృష్టితో చేస్తాడు.	• మెప్పుకోణ కోసం comments లేదా రిక్లూ Avoid చేయటం కోసం చేస్తాడు.
• ఎదుటి వారిని Leaders, Heros గా తయారు చేయాలని ప్రయత్నం చేస్తాడు.	• ఎదుటి వాళ్ళ మీద వ్యక్తం చేయటం ద్వారా Leader అన్నానని యత్నం చేస్తాడు
• అడుంటేనే జీవితం అనుకోడు. దేనిమీదా ఎవరి మీదా ఆధారపడడు.	• మనుష్యుల మీద, నందవలమీదా ఆధారపడి, ఏమోతుందోనని భయపడుతుంటాడు.
• డైరెక్షన్ తో జీవిస్తూ ఉంటాడు.	• ఒత్తిడితో జీవిస్తూ ఉంటాడు.
• తృప్తితో ఆటగా చేస్తాడు	• అసంతృప్తితో Struggle అవుతుంటాడు.

ఉదా: ఒక తండ్రి వాళ్ళ అబ్బాయిని పాపుకి వెళ్ళి నరుకులు తీసుకురమ్మంటే, ఇష్టంలేకున్నా తప్పుదని వినుక్కుంటూ వెళ్ళివచ్చినప్పుడు అతని మనసులో ఏమి అనుభవిస్తాడు? బాధనే కదా! పాపుకి వెళ్ళటం ఇష్టంలేకపోయినా, తన తండ్రి బాధపడకూడదని వెళ్ళినప్పటికీ, ఫైనల్ ఛాయిస్ ఎవరిది? తండ్రి బాధపడకూడదని అనుకున్నది అతనే కదా! ఇలా ప్రతి విషయంలోనూ నాదే అని గుర్తించినవాడు రీడర్ గా స్వేచ్ఛతో.



నీ జీవితంలో ప్రతిరోజు ఏమి పనిని తప్పదని బాధతో (decision తో follower గా) చెప్పబడ్డది, ఏమి పనిని నా బాధ్యత అని ఇష్టంగా (choice తో leader గా) చేస్తున్నావో గమనించండి. ఏప్పుడు ఏ అనుభవం కలుగుతుందో గుర్తు ఉండండి.

28. STAGE FEAR

5 నిమిషాల్లోనే మీద మాట్లాడాలి అనిగానే, కొంతమందిలో
అవ భయం, మరికొంతమందిలో అయితే సుస్పృహ మాట్లాడుతుండే
నీవే ఎన్ని తప్పులు మాట్లాడినా
(Laugh), Insult గా మాట్లాడటం
ఇంతటి భయం ఎత్తుకోకుండా

Interiority topics &



...ది కాదు, తనకున్నట్లే ది కాదు. (నాశనం అయ్యేది కాదు)
... Skill కూడా మొదటినుంచి perfect గా ఉండవలసి,
... అనుమానాలు వచ్చినా పక్కన పెట్టి
... ప్రయత్నం చేస్తాడు.

యపించుకోవడం కోసం గాని మార్చిదిశ
 కాక నాకు తెలిసింది నెలగరికితే
 వత్తిడి కలగదు. వాళ్ళు comment
 చేయకుండా ఉంటే సీట్ మీద
 కూర్చుంటే సరిపోతుంది.

ఒకప్పుడు ఎవరని చూస్తే సమాజం మెత్తం నవ్వు. Insult చేసి, Comments చేసిందో, వారో జబ్బుడు ప్రపంచంలో చాలా చాలా గొప్పవాళ్ళుగా, మహనీయులుగా గుర్తింపు పొందుతున్నారు. పడకపోయే అని అనుకుని అగిరియిన వాళ్ళు ఎప్పుడూ నైతిక తొక్కుడం నేర్చుకోలేరు. అలాగే పాఠశాల అటంపంకపోయే అని అనుకునేవాడు కాదు డ్రైవింగ్ నేర్చుకోలేడు, స్టేజీ మీద కూడా మళ్ళికడలేడు. కొత్త భాషలు అనేక మళ్ళికడలేడు. ప్రయత్నిస్తే కళ్ళులేని వాడు కూడా ఎవరెస్ట్ ని ఎక్కగలడు. తక్కువగా ఉన్నవాళ్ళు చూస్తే సమాజంలోదూసులు, ప్రసిద్ధి వ్యాపారవేత్తలు, పారిశ్రామిక వేత్తలు (అంతా), రామోజీరావు, ఆరుణాచలం ఎవరకీ ఉన్నారు. స్టేజీ మీద ఒక్కసారికీ ఉన్నారనేవాళ్ళు ప్రస్తుతం నేటి హాక్. చేయగలుగుతున్నారు. ఎందుకంటే మార్గదర్శకులున్నారు.

29. Reasons vs Performance

ఒక పనిని చేయకపోవటానికి వేయి కారణాలు నీకు వీవు చెప్పగల
satisfaction రాదు కదా! వాళ్లేమనుకుంటారో, ఏళ్ళేమనుకుంటారో.
దృష్టిలో విలువ తగ్గుతుందని failures మీద focus చేస్తే performance తగ్గిపోతుంది.

The fear of failure kills the initiative and enthusiasm in people.
Focusing on what to do, when to do, where to do, how to do, etc... enhances the persons overall capabilities resulting in best performance

1000 Reasons for Not Doing Is Not Equivalent to doing what you want to do to create things of your choice

30. Encouragement vs Discouragement

Wisdom కో vision కో ఉన్నట్టూ, ఎవరెంతో Discouragement పోనూ, ఎవరెంతో భోధనా బాధాపడినా, ఒక challenge గా తీసుకోవటం వల్ల వచ్చునని చెప్పి రెట్టించిన ఉత్సాహంతో పని చేస్తారు. అప్పుడు అతని five senses బాగా పనిచేయటం కాకుండా 6th sense కూడా అతనిని సహకరించటం వల్ల గొప్ప నైపుణ్యంతో బ్రతకటాని ప్రభు తెలియకుండానే సాధిస్తాడు.

Discouragementని challengeగా తీసుకుంటే నీకు నీవే మి తుడివి అవుతావు

Discouragementతో నీరసపడిపోతే (నిన్ను నీవు తక్కువ చేసుకుంటే) నీకు నీవే 4 యువతాడు

When you take Discouragement as a challenge
you become **MUCH MORE POWERFUL** than
when you get normal Encou



At the age of just 16, She married because of family financial position. She worked (1986-89) as agricultural labor for Rs 5/- per day. Software Solutions in USA. Amazing success story of Jyothi Reddy!"

(అంతఃకరణ=జీవాత్ . ప. 41వీరం)

మనస్సు : కేవలం ఒక T.V. Screen లాగా దానికి ఏ సమాచారాన్ని అందిస్తే దాన్ని తెలిసేటట్లు చేయించి, ఈ బుద్ధివ్యాసాన్ని మనస్సుకు అందిస్తూ ఉంటుంది. ఇప్పుడు ఇందువలన మనస్సు signals వస్తాయి. డి.వి.డి కెబిల్, డిస్ డి.వి.డి. మరియు pendrive ద్వారా డేటా వచ్చినట్లు.

వచ్చి false identities ని కాపాడటం కోసం, విద్యుదాలు తీసుకోవటమే
అంటే కేసుము ఇలా ఉంటే డెంజర్ అనే పూర్వాపహాసాలను కూడా చిత్తం
లోలో store చేయటం బుద్ధి యొక్క పని.

అంతే వాళ్ళు వచ్చిపోతూ ఉన్నాయో, ఏ కష్టతయ్యిపోయిందో (impressions) వానలను store చేసి ఉంచేది. రుచి, వాసన, స్పర్శలకు సంబంధించిన అన్నింటినీ

అహంకారం (Ego) అది Ignorantly created false and limited 'I' (నేను) The role of this ego is to act to protect itself. For this it will utilize the entire body.
Brain (మозг) Hardware, Physical, వ్యక్తము
Mind (душа): Software, Non Physical, అవ్యక్తము

సేవ : ఎది ఉన్నా లేకున్నా "నేనుపుష్కరాం ఉన్నాను" అనే భావాన్ని వదిలిపెట్టుకుండా, తుట్టినో మంచి వస్తేనా, మనసు ఎదేమనకోకుండా, పుష్కరాం సహా, ఎలాంటి ప్రతిభానికైనా ఆశించకుండా, మనసు తీరితే ఉండదు కాబట్టి నిష్పత్తి (నాననలు తగ్గించటమే) ద్వేయంగా, ఎవరివారిని కూడా బంధించే పరిస్థితులుకూడా వాళ్ళలాద, భయము, వెలితి తగ్గటమే అమావాస్య కదనిగస్తూ పీర్లైనవేవరకు భౌతికంగా, అర్థికంగా కూడా సహాయపడటమే సేవ.

75 వంశ రావ రామ్ భిష్ణాయి, ఒకటి 27,000 మొక్కలు వాటి.



బంధం vs స్వేచ్ఛ

ప్రతికి నందించిన పనులైనా, జ్ఞానాన్ని పంచిపెట్టే పనులైనా చేసుకుంటున్నామని తెలుసుకోవాలి. దానిని వివాదానికి పాదం పెట్టకూడదు. సమాజంలో సుఖసంతోషం ఉండాలి. దాని కోసం ప్రతి ఒక్కరూ పాటుపడాలి. దీనిని బాధించకూడదు. మనస్థిరంగా ఉండాలి. మనస్థిరంగా ఉంటేనే మనస్థిరంగా ఉంటుంది.

ఏదైనా అద్దంకుల వల్ల ఈ వ్యవహారంలో / సంబంధంలో నువ్వు ఏమూర్తయిపోవు.
చేయలేనప్పుడు బాధ కలిగి, ఆకాంఠి, అసంతృప్తి మనసులో పెరిగితే ఆ
జలపింలో ఉన్నానని, నీళ్లు పోయేటప్పుడు నీళ్లు పోయే వాడు.

ఉదా: ఉదయం కాఫీ టైం కి రానప్పుడు చిరాకు ఎక్కువైతే నీవు కాఫీ విషయంలో ముందర
పడ్డావని గుర్తించు. ఏ వ్యక్తిగాని, సంఘటన, కార్యక్రమం గాని తన మనసులో ఎలాంటి వత్తిడిని
కలిగించని స్థితిలో ఉన్నవాడు స్వేచ్ఛను అనుభవిస్తూ ఉంటాడు.

work + ignorance = బంధం work + intelligence = స్వేచ్ఛ

ఆర్జవం - ఇన్ టిగ్రిటీ

Integrity=Honouring "your word" as "your self"
Win = Without Integrity Nothing works

నీ మాటలు (నీవు నీవు అనుకున్నది గాని, ఇతరులకు చెప్పినది గాని) నీవు ఎవరి బియ్యం చెప్పావో, నీ జీవితం అంత శక్తివంతంగా ఉంటుంది. ఉదా: రేపు ఉదయం 9 గంట, మీ దగ్గరుకు వచ్చినాని చెప్పినప్పుడు తప్పుకుండా 9 గంటల రోవు అక్కడ ఉండటం. ఏదైనా బలమైన కారణంతో చెప్పే రకమైన, వల్లభించని తెలిసిన వంటలు, నీవు నీవుగా ముందే ఫోన్ చేసి చెప్పే excuse అంటే మళ్ళీ fresh గా appointment చే చేసుకోవలసి.

Integrity అంటే రోజూ ఉదయం 5 గంటకు లేచి ప్రాణదానమం, ధ్యానం చేసుకుంటానని
 అనుకున్నప్పుడు USA Flight Catch చేరుకునితే ఎంత Alert గా Time ప్రాంతం వెళ్తో, అంత
 ముఖ్యంగా అనుకున్నది చేరుట, నీ పూటకు నీకు నువ్వు ఎంత విలువపెట్టే నీకు అంత అత్యంత కత్తి,
 అత్యంత విశ్వాసం పెరుగుతాయి.

ధీరః = ధైర్యవంతుడు = బుద్ధితో ఆనందంగా ఉండేవాడు

పెన్నికలో దానిని పుట్టు కూడా దానిముక్తు విరగకుండా జాగ్రత్త పడకం కదా ఉన్నదన్నా జాగ్రత్తగా ఎక్కువ కాలం ఉపయోగపడేటట్లు చూసుకోవాలి గదా! లాంటి ఎదురుగా వెళ్ళేవానిని మోర్పుడు అంటారు గానీ, మృత్యునిముందు అలా కదా తెలివితో కూడిన వాడు. శక్తి
జాగ్రత్త వున్న చోట భయం వుండదు. Credibility పెరుగుతుంది నీవంటివన్నీ చిలువతో పనులు చక్కగా జరుగుతాయి.

34. MEMORY TECHNIQUE I

Any capacity including memory can be developed with regular, continuous practice. Here we are giving you some memory techniques to enhance your memory power. Normally remembering long numbers is difficult for most of the people. But this capacity can be increased with the following technique.

The technique involves converting numbers in to objects and connecting different objects with magical interrelation of one to the other and making it a chain of objects like a movie. This movie can be easily remembered and we can work back to recover the numbers containing any number of digits.

First step assigning
English letters to 0 to 9 digits

0=S,Z --- Sea, Zoo
1=T,D --- Tie, Day
2=N --- kNee
3=M --- Maa
4=R --- RAY

(Any one of the letter opp: to the digit can be used) The above table has to be remembered

Now for each digit identify
one object related to the assigned
Letter

5=L --- LAW POLICE
6=J,Ch,Sh --- Shoe
7-K, C, G --- Cow
8=V, F --- Victory (V)
9=P, B --- Bee

How to remember Two (2) Digit Numbers: First step is to create corresponding Object.

54 : L - R = Lorry, Layer 69 : Sh-P = Ship, Shop, sheep, Chip
82 : F-N = Fan, Van 10 : T-S = Toes, Dosa, Toss
37 : M-G = Mug, Mike, Mag

Then for your Ref. see Table from 00 to 99. Any other object of your choice can be used based on the two sounds corresponding to the two letters. Corresponding to the two digits

00 నుంచి 99 వరకు ప్రతి 2 అంకెల సంఖ్యలను మొదటి Object గా మార్చుకోవాలి. Object పేరులో ఆ సంఖ్యలోని రెండు అంకెలకు సంబంధించిన లెటర్స్ యొక్క సౌండ్స్ ప్రధానంగా వినిపించేట్లు వుండాలి. తరువాత ఆ వస్తువు పేరులోని ఆ రెండు సౌండ్స్ ఆధారంగా ఆ రెండు అంకెలను, తద్వారా ఆ సంఖ్యను గుర్తించగలుగుతాం. ఇప్పుడు 20 గాని 30 గాని అంకెకు మించిగాని అంకెలున్న పెద్ద సంఖ్యను ఎలా గుర్తుపెట్టుకోవాలో చూద్దాం.

ఉదా: 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58, 59, 60, 61, 62, 63, 64, 65, 66, 67, 68, 69, 70, 71, 72, 73, 74, 75, 76, 77, 78, 79, 80, 81, 82, 83, 84, 85, 86, 87, 88, 89, 90, 91, 92, 93, 94, 95, 96, 97, 98, 99



21=NT=Net; 32=MN=Moon; 48=RF=Roof; 99=PP=Pipe;
54-LR= Lorry; 96=Bch=Beach; 69=ShP=Ship;
aree; 79=Cp=Cup; 14=TR=Tire



అంబికావలి ఒక చైనీ లాగా చేస్తూ, మూవీలాగా స్వేచ్ఛగా ఉహించుకోవాలి

[illegible]

ఈ రకంగా NET నుంచి Tyre వరకు ఒకదానికొకటి Illogical, Cristal clear Link చేయటం వల్ల మొత్తం ఒక మూడు గుర్తులుంటుంది అప్పుడు ముందునుంచి వెనకకి కాకుండా వెనుకనుంచి ముందుకి కూడా అర్థం వస్తున్నట్లు గుర్తుంటాయి వాటి సంఖ్యలను అంతరించు సర్టిఫికేషన్ వల్ల మొత్తం నిండాని ఏ ముందు నుండి వెనకకు వెనక నుంచి ముందుకు కూడా తేలికగా చెప్పగలుగుతాము.

ఉదా: Cat (7) పరుగువేగము ఎక్కి Bus (90)మీటికి దూకింది. Bus ఒక పెద్ద Pipe (99) లో దూకింది. Pipe రెండోవైపు వెళ్ళివెళ్ళి File (85) దూకింది. File లో ఒక Jail (65, ఉంది. Jail(65) లోపల ఒక Nun(22) ప్రావృత చేస్తూ ఉంది. సంఖ్య = 719099856522 . జా Practice చేస్తుంటే memory తోపాటు concentration & creativity కూడా బాగా పెరుగుతాయి.

Left and Right

Left-Brain Functions

- Logical
- Sequential
- Rational
- Math and Science
- Analytical
- Objective
- Facts rule
- Words and Languages
- Present & Past
- Acknowledges
- Reality based
- Safe
- Cautious



Brain Functions

Right-Brain Functions
Random
Intuitive
Holistic
Philosophy, Spirituality
Synthesizing
Subjective
Imagination, Rules
Symbolic and Images
Present and Future
Appreciates
Fantasy, Based
Adventurous
Carefree, Risk-taking

35. సాధన

పతి రోజూ చైరి వాయిదోడుం ద్వారా వ్యయం పరిశీలన చేసుకొని తెలిపి, ఎటువైపు పెంచుకొని, తద్వారా రోజురోజుకీ, పేర్లన్నను, శక్తిని, ప్రేమను పెంచుకోవటం.

(This is regarding self Examination to improve intelligence and awareness by Writing Dairy daily thereby enhancing POWER, FREEDOM & LOVE Day by day)



1. నీవు బాధపడుతున్న అవసరమనిస్తూ (Insult), విమర్శిస్తూ (Critclize), మరియు నీకు అనేక రకాలూ కప్పిస్తూ సత్కరిస్తూ కల్పిస్తూ కర్పించే ప్రయత్నం చేస్తున్న వారి మనసులోని బాధను, భయము, వెలికిన ఆర్థం చేసుకునే ప్రయత్నం చేస్తున్నావా?
2. వాళ్ళు ఏ అభిప్రాయాలలో, కథలలో ఇరుసుపోవటం వల్ల, ఏదృష్టి (View) కోమడంబం వలన అలా ప్రవర్తించారు అని పేస్ అనుకుంటున్నావు? నాలు
3. నీ దృష్టి (View) ని మార్చుకోవటానికి, వాళ్ళను ఆ ఇరుసుపోవటం (fixed opinions, stuck-up) నుంచి బయటపడేయటానికి ఏ రకమైన సత్తయం తీసుకున్నావ?
4. తన పేష్ నివేదించుకో, ఏ ఏ విషయాలలో, వ్యవహారం (Interact) చేయబోతున్నావో, వారి సత్తయం ఏ విధంగా ఆర్థం చేసుకుంటే, నీ దృక్పథం (Context / Background) ఏ విధంగా రుచి సత్తయితం ఉంటుందని నీవు అనుకుంటున్నావో చ్ఛాలు
5. ఏమిటి వాళ్ళను, ముఖ్యంగా తల్లిండ్రులను, గురువులను, ఆత్మీయులను, ఆర్థం చేసుకోలేని ఏ బలహీనతను గుర్తించివచ్చుదు, నీ (బలహీనతను) అజ్ఞానాన్ని వాళ్ళతో దైవంగా మంచుకొని తన్నానని శక్తిని, సాత్వతత్వాన్ని పెంచుకోకుంటున్నావా?
6. చేసి తక్కువ తన్నాని బలహీనతలను కల్పించుకొని, వాటి నుండి భయపడకుండా నీవు అజ్ఞానంలో చేసి ప్రయత్నంలో ఏ విధంగా తక్కిన, సాత్వతత్వాన్ని పోగొట్టుకోకున్నావో గుర్తున్నావా?
7. నీ శక్తిని పెంచే ప్రాణాయామం, ఆసనాలు, ధ్యానం (Meditation) ఆచరిస్తూ Awareness పెంచుకుంటున్నావా? మంచి అలోగ్యం కోసం అవసరంలో మార్పులను చేసుకొని ఆచరణలో పెడుకున్నావా?
8. "నేను" ఇంటిగ్రీటి కో ంటున్నాను" అంటే "నా మాటకు "నేను" విలువెన్నున్నా" అ? గమనిస్తూ ఇంటిగ్రీటికో ఉన్నప్పుడు ఏలాంటి శక్తిని అనుభవిస్తున్నావు? నీ మాటను చర్చించుకోకుండా ఉన్నప్పుడు ఏలాంటి బలహీనతను అనుభవిస్తున్నావో నాలు?

39. ధ్యానం

సోపానం=ఆనాపానపతి అంటే... "శ్వాస మీద ధ్యానం"

ధ్యానం చేసే పద్ధతి: సుఖానందంలో... హాయిగా... చేతులు రెండూ కలిపి... కళ్ళు రెండూ మూసుకుని... సహజంగా జరుగుతున్న ఉచ్ఛ్వాస, నిశ్వాసలను... వికలధారగా... గమనిస్తూ వుండాలి ఏ దేవతా రూపాన్ని ప్రత్యేకంగా ఊహించుకోరాదు! ఏ దైవ నామస్మరణ వుండరాదు! త్యాగనలే ఆహ్వాదంగా గమనిస్తూ వుండాలి. మధ్యమధ్యలో అనేకానేక ఆలోచనలు వస్తూన్నా వాటిని ఎప్పుడీకప్పుడు 'కటి' చేస్తూ... మళ్ళీ మళ్ళీ శ్వాస మీదకే... ధ్యాన మరల్చుకూ వుంటే... క్రమ క్రమంగా.. ఆలోచనలు తగ్గుతూ వుంటాయి... ఇదే ధ్యానస్థితి. ఆ స్థితిలో విశ్వమయ ప్రాణశక్తి.. అపారంగా శరీరంలోకి ప్రవేశించి... నాడిమండలాన్ని శుద్ధి చేస్తుంది.



స్వర్ణానకృత్యా బహిర్వాహ్యేన చక్షుష్టానంతరే క్రమ ప్రాణాపాన సహ కృత్యా నాసాత్మంతరచారిణా గీత:5-27

అనువిత్త్యం ధ్యానాభ్యాసం: ఎవరి వయస్సు ఎంతంటుందో... కనిసం అన్ని నిమిషాలు... రప్పని సరిగా... రోజుకి రెండు సార్లుగా... ధ్యానం చేయాలి. ఖాళీగా ఉన్నప్పుడు, ప్రయాణాలలో, ఆరోగ్య బాగాలేనప్పుడు ఎంత ఎక్కువ సేపు ధ్యానంలో ఉంటే అంత లాభం.

YouTube Spiritual reality Power of meditation in Telugu

నవమాది అభ్యాసము: సాక్షి సాధన: Being the Witness: Non Doing

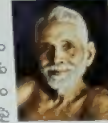
మనసులో కదిలే ప్రతి ఆలోచనను "పాక్షిక" గమనించటమే సమాధి అభ్యాసము. కొద్దిగా అలసట, కొద్దిగా ఆకలి ఉన్నప్పుడు కళ్ళుమూసుకుని, వెన్నుని విలారుగా ఉంచి, సుఖానందంలో 20నిమిషాలు దాటుకుండా కూర్చోవాలి. రాగద్వేషాలకు అతీతంగా ఉండగలిగే అభ్యాసమే సమాధి అభ్యాసము. Do not create thoughts. Do not reject thoughts. Do not follow thoughts; Do not hold on to thoughts. (this is non-doing)

నవమై స్వయంత్యజ్ఞాని న నిష్కల్యాని కాంక్షంతి గీత:14-22, గురూ వర్ణన తత్వేన యో(అ)నధిష్ఠిత సేగతే గీత:14-23



40. మోహం

"మోహం" ఎంతో శక్తివంతమైనది. మనం నిరంతరం మాటల ద్వారా, ఆలోచనలతో మన నుంచి మనం బయటకు పరుగులు తీస్తుంటాం. "మోహం" మనల్ని మనకే పరిచయం చేస్తుంది. మన ఆలోచనల తీరుపై ఎంతో కల్గిస్తుంది. మనకే ఉపాయాలను సూచించడానికి సహకరిస్తుంది. కొత్త మనం అడుపు సాధించడానికి సహకరిస్తుంది. "మోహం" అంటే తేవలం నోరుమూసుకొని మనస్సులో రకరకాల విషయాలను మననం చేస్తూ వుండటం కాదు. నిజమైన "మోహం" అంటే మనస్సులో కూడా "మోహం"గా వుండాలి దీనికి ధ్యానసాధన ఎంతగానో ఉపయోగపడుతుంది.



Ramana Maharshi



Avatar Mahatma

యతో యతో స్థిరతి మనశ్చింతమృగేషు శతశ్చతో నియంత్రైతత్ ఆత్మత్వేన వశం నయేత్ గీత:6-28.

గీత: 17-16

శారీరక, మానసిక ఆరోగ్యాన్నిపెంచే ఆననాలు, ప్రాణాయామము, ధ్యానము, స్వాధ్యాయములను (Self Education) అందించే యోగా కేంద్రాలను ఎంత సదస్యనియోగ వరచుకుంటే అంత ప్రయోజనం ఉంటుంది.

41. అహారం - ఆరోగ్యం



సరైన ఆహారం శరీరాన్ని ఆరోగ్యంగాను, శక్తివంతంగాను, మనస్సును సాత్వికంగాను ఉంచుతుంది. మంచిన సత్త్వానారాయణరాజా గారు అందించిన ప్రకృతి ఆహార పద్ధతులను వీలైనంతవరకు పాటించడం ఎంతో శ్రేయస్కరం.

అతి సర్వత్ర పద్ధతుకే... గీత:6-16, 17

90% రోగాలు రాకుండా ఆరోగ్యాన్ని శక్తిని ఇచ్చే నేచురోపతిని నీవు 6 నెలలలోనే నేర్చుకొని పీకు. నీ కుటుంబానికి, సమాజానికి కూడా ఎంతో ఉపయోగపడవచ్చు. నీవు ఏ ఇతర రంగంలో ఉన్నా ఇది సుపార్శ్వమే. శ్రద్ధతో కృషి చేస్తే నీకును అనంతమైన జ్ఞానంతో నీయొక్క జ్ఞాపక శక్తిలో 0.1% వాడివి, నీవు ఒక సూపర్ డాక్టర్ అవుతారు.



మనిషికి దూరంగా ఉంటున్న ఎన్నో జంతువులు, మనిషికన్నా ఎంతో ఆరోగ్యంగా జీవిస్తున్నాయి. పశు కూడా ఊడిపోవటం లేదు.

స్వార్థభారతి SPEL-G CT

స్వార్థభారతి SPEL-G CT అను సంస్థపేరుతో ప్రచురణ అయ్యే ఈ పుస్తకాన్ని చూచిన మీరు మొట్ట మొదటిగా వచ్చే ప్రశ్న స్వార్థభారతి పేరు ఏమిటి అని కదా!!!

ప్రతి ఒక్కరు కోరుకునేది ఎప్పుడూ తృప్తిగా వుండాలనే కదా! అంటే శాశ్వతమైన నిండుతనమే (పూర్ణత్వం) (SP) కదా! (స్వ+అర్థం= స్వప్రయోజనం) అదే నిజమైన జ్ఞానవంశమైన స్వార్థం కదా! దీనిని కేవలం జ్ఞానంతోనే పొంది, అనందించగలం కదా! భారతి అంటే జ్ఞానంతో అనందాన్ని అందించడం. స్వార్థభారతి అంటే స్వప్రయోజనమైన శాశ్వతమైన పూర్ణత్వాన్ని జ్ఞానం ద్వారా అందించే సంస్థ అని మా ఉద్దేశ్యం.

SPEL-G :- నుండి గ్రహించవలసిన భావములు.

God (Nature) Graciously Given Gift= Intelligence. The real respect to God(Nature) is to utilize the intelligence given by him fully (I=GGGG)

SP- శాశ్వతమైన పూర్ణత్వాన్ని అనుభవిస్తున్న Sportive Person కు the question of Survival (S) does not arise. He always sees Possibility (P). Simple గా చెప్పాలంటే Growing by Giving not by Grabbing is the best spelled word starting with G.

For A Sportive Person (SP) Entire Life is a Game (ELG), A Game of Learning and Giving, Giving as an Expression of Love and Gratitude (ELG), particularly to Parents secondly to the Spouse there by experiencing, Ever Lasting, Growth(ELG). Experience of Ever Lasting Growth is Experience of Brahman i.e., Bliss. Growth by giving is experience of LIFE, Contraction by seeking is experience of "DEATH"

G: Giving and for giving is wisdom - నిండుతనం, తృప్తిని అనుభవించడం. Getting and for Getting is Ignorance- అసంతృప్తిని, వెలితిని అనుభవించడం.

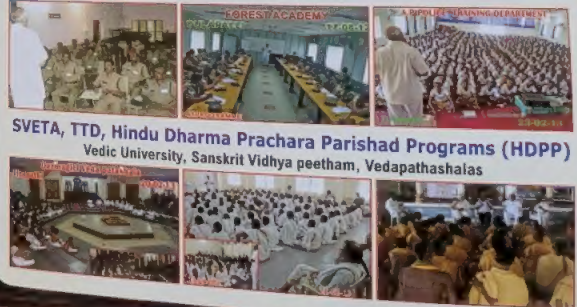
CT - Choosing Continuous Transformation instead of Temporary Change- Choosing Clarity of Thought by Clinging on to the Truth. Continuous Coaching and Training.

Awards Received By Mohan Rao



Police & Forest Department

DSP Office Amberpet Police Head Constables & Training Officers



SVETA, TTD, Hindu Dharma Prachara Parishad Programs (HDPP)
Vedic University, Sanskrit Vidhya peetham, Vedapathashalas

Seminar in B.Ed & D.Ed College of Education



Workshops in Junior College



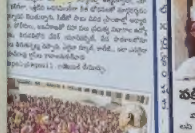
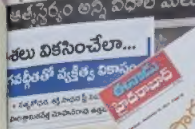
Training Program in Schools



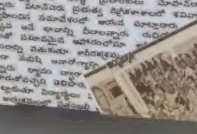
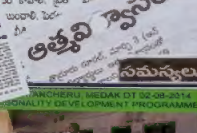
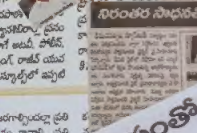
Seminar in TTD Subhadrpradam Program



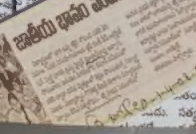
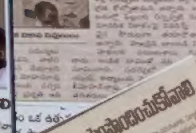
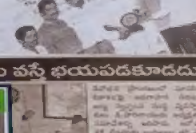
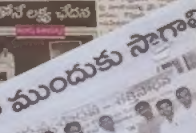
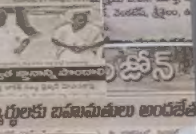
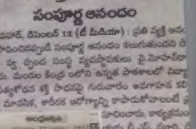
ఆత్మసేవ అర్చన విధానాలు



ఆత్మసేవ అర్చన విధానాలు



ఆత్మసేవ అర్చన విధానాలు



“నేను” అనే మార్పులేని మూలచైతన్యాన్ని తెలుసుకుంటే....

- ✦ అనంతశక్తి గురించి తెలుసుకున్నట్లే..
- ✦ కాశ్యపత్వాన్ని, పూర్ణత్వాన్ని గురించి తెలిపినట్లే..
- ✦ కోరికలను, భయాలను, మూలాలతో పాటు గుర్తించినట్లే..
- ✦ ఆత్మస్వచ్ఛత, అహంకారాలకు తావు లేనట్లే..
- ✦ నేర్చుకోవడంలో పున్న సహజత్వాన్ని గుర్తించినట్లే..
- ✦ సృజనాత్మకత, ఏకాగ్రత, ప్రేమ, సజ్జతలకు మూల బీజాలను గుర్తించినట్లే..
- ✦ మనస్సు మాయను చేధించినట్లే..
- ✦ Subconscious Mind లో ఉన్న వాసనలకు అధిపతి అయినట్లే..
- ✦ సంపూర్ణ స్వేచ్ఛను పొందినట్లే..
- ✦ విజయైవ రీడర్ గా ఎదిగినట్లే..

అయితే “నేను” ఎవరిని?



Yadlapalli Mohan Rao, B.E (E&CE), is the founder & chairman of **Swaartha Bharathi SPELG- CT**. He is an industrialist.

He is the Managing Director of M/S Sirveen Print Pack (P) Ltd Hyd. Chairman of M/S Sirveen Control Systems (P) Ltd Hyd. MJF Member in "Lions Clubs International". Patron Member of "Red Cross" Society.

He received Two Highest National Awards among the entire small Scale sector, one from the Government of India, and the other from the Confederation of Small Scale Industries Associations.

Conducted over 1500 workshops in the name of

సత్యోధన - శక్తిపాద

**"EMPOWERMENT
THROUGH
SELF EDUCATION."**